

أشهر وأحب كتب تعليمية، وأوسعها انتشارًا
سلاح التلميذ
منذ عام ١٩٦٠
5
الصف الخامس الابتدائي
الفصل الدراسي الثاني
المهارات المهنية
بداخل الكتاب: ملحق المراجعة والاختبارات والإجابات



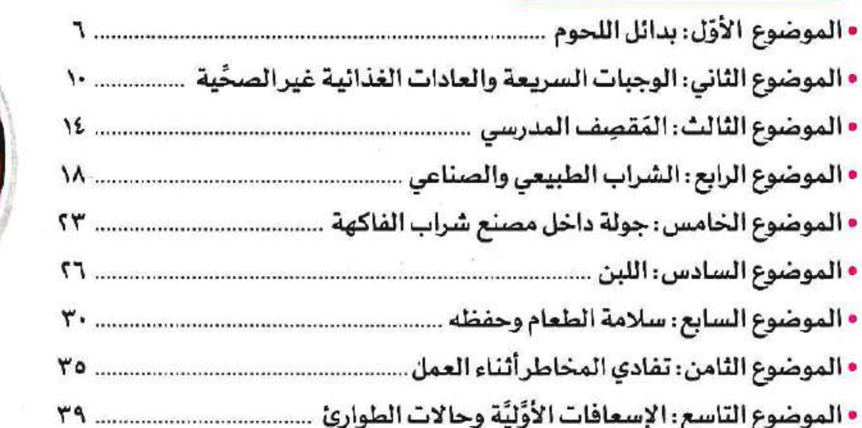


المحتـويـات



المحور الثالث الصحَّة والسلامة للجميع





المحور الرابع الرؤية الفنِّية للعالم



المحور الثالث

الصحّة والسلامة للجميع



سنسلّط الضوء في هذا المحور على:

- العادات الواجب اتّباعها للحفاظ على صحتنا وسلامتنا.
- فوائد الأنظمة الغذائية المتوازنة.
- البدائل النباتية للحوم ومقارنتها باستهلاك الوجبات السريعة.
- طُرق عرض الطعام وتخزينه وحفظه بشكل آمن وسليم.
- اللبن وأهميته للتغذية.
- كيفية تصنيع شراب الفاكهة الطبيعي والصناعي.
- طُرق تجنّب الإصابة أثناء ممارسة أعمال النجارة والطلاء.
- كيفية التعامل مع حالات الطوارئ وتقديم الإسعافات الأوّليّة اللازمة.



الموضوع الأوَّل

بدائل اللحوم



في نهاية هذا الموضوع يكون التلميذ قادرًا على أن:

- يحدِّد أمثلة عن البروتينات الحيوانية والبدائل النباتية.
- يخطِّط لتناول وجبة نباتية صحِّية.
- يختار بعض الأطعمة الجديدة التي لم يتناولها من قبل.



- ما الأطعمة التي تتناولها باستمرار؟ وأيٌّ منها نباتي؟



- بدائل اللحوم.

النظام الغذائي المتوازن

- يُعتبَر النظام الغذائي المتوازن أساس الجسم الصحِّي والعقل السليم.
- تتطلَّب الوجبة المغذية خيارات متوازنة بين البروتين النباتي والحيواني فبعض الأشخاص تفضِّل تناوُل البروتينات الحيوانية بينما البعض الآخر يُفضِّل تناول البروتينات النباتية فقط.
- **يُنصَح أن يحتوي النظام الغذائي المتوازن على:**

١- الفواكه والخضراوات

- مصدر ممتاز للألياف والمعادن والفيتامينات.
- تساعد على عملية الهضم.
- تقلل من مخاطر الإصابة بأمراض القلب.



٢- الخضراوات الورقية الخضراء

- تساعد في السيطرة على ضغط الدم.
- تنظِّم عمل الجهاز الهضمي.
- تقي من هشاشة العظام وفقر الدم.
- تساعد على الاسترخاء.



٣ـ البروتينات

تنقسم إلى بروتينات حيوانية وبدائل نباتية

البروتينات الحيوانية:

- **يُقبل العديد من الأشخاص على تناولها لمذاقها الشهي ومحتواها الغني بالبروتينات.**

أمثلتهـــا:



- اللحوم، المأكولات البحرية، البيض، ومنتجات الألبان.

أضرارهـــا:

- **تحتوي على دهون غير صحِّية والإكثار منها يمكن أن يُسبِّب:**

- زيادة خطر الإصابة بأمراض القلب والسمنة المفرطة.
- الأثر الضارّ على المدى الطويل.

البدائل النباتية (بدائل اللحوم):

- **تحتوي على نسبة بروتين أقل من البروتين الموجود في المنتجات الحيوانية، ولكنها توفِّر عناصر غذائية إضافية لا توجد في المُنتَجات الحيوانية، مثل:**

البقوليات

- أفضل مصدر للبروتين النباتي.
- توفِّر دهونًا صحِّية ومواد تُسمَّى مضادات الأكسدة التي تساعد على تقليل الالتهابات.

الحبوب

- تحتوي على نسبة عالية من البروتين والألياف.
- تحتوي على فيتامينات ومعادن ومضادات أكسدة.

المكسرات



- مصدر جيد للبروتين.
- تشمل الفيتامينات والأملاح المعدنية والدهون الصحِّية والألياف ومضادات الأكسدة.

الخضراوات



- تحتـوي علـى نسـبة منخفضـة مـن البروتيـن لكنهـا توفِّـر الفيتامينات والمعـــادن والألياف.

الأشخاص النباتيون

- هم أشخاص يختارون بدائل نباتية عوضًا عن البروتينات الحيوانية، وينقسمون إلى:

النباتيون المتوازنون: الأشخاص الذين لا يأكلون اللحوم، ولكنهم يأكلون البيض ومنتجات الألبان والعسل.

النباتيـــون الصِّـرْف: الأشخاص الذين لا يأكلون منتجات من أي مصدر حيواني.

لنستكشِفْ

- **يُقنع عمر صديقه بتناول البروتينات النباتية بدلًا من البروتينات الحيوانية، اختر سبب ذلك:**

- تُسبِّب السمنة المفرطة. ( )
- تُسبِّب الضرر على المدى الطويل. ( )
- تساعد على عملية الهضم. ( )
- تُسبِّب الإصابة بأمراض القلب. ( )

لنراجِعْ

١- ما البروتينات النباتية التي تتناولها؟ حدد أيًّا منها تريد استبداله ببروتينات حيوانية.

٢- حدد نوعًا من الأطعمة التي تفضِّلها، ثم اذكر هل يمكن استبداله ببدائل اللحوم؟ وضح إجابتك.

٣- هل أنت نباتي أم نباتي صِرْف؟هل تفكِّر في اتِّباع أحد هذين الخيارين؟ ولماذا؟ برِّر إجابتك.

نتعلَّم من خلال التطبيق

- **بعد أن تعرَّفت على الفرق بين الطعام النباتي المتوازن والطعام النباتي الصِّرْف، قم بإعداد قائمة طعام لكل نوع منها تشمل العناصر الغذائية الآتية:**

الفواكه والخضراوات		الحبوب الكاملة		البروتينات	
كوسة	فراولة	خبز الشوفان	ذرة	بيض	مكسرات

قائمة طعام نباتية متوازنة

....

....

قائمة طعام نباتية صِرْف

....

....

مُجاب عنها بنهاية الكتاب

اختبر نفسك على الموضوع الأوَّل

١ ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✘) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- تُعتبَر الخضراوات الورقية الخضراء نوعًا من البروتين الحيواني. ( )

٢- الوجبة الغذائية الصحِّية لا بُدَّ أن تحتوي على البروتين الحيواني والنباتي. ( )

٣- الأشخاص النباتيون المتوازنون يأكلون منتجات الألبان. ( )

٤- مكسرات البندق من البدائل النباتية التي تُعتبَر مصدرًا جيدًا للبروتين. ( )

٥- تحتوي المُنتَجات الحيوانية على دهون غير صحِّية. ( )

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- تُعدُّ .... أفضل مصدر للبروتين النباتي.

أ الخضراوات ب البقوليات ج اللحوم د الألبان

٢- الإفراط في تناوُل .... يُسبِّب أمراض القلب.

أ الفاكهة ب البروتينات النباتية ج البقوليات د البروتينات الحيوانية

٣- الوجبة النباتية الصِّرْف يمكن أن تحتوي على ....

أ اللحوم ب الأرز ج الدجاج د البيض

٤- تُعتبَر .... من البدائل النباتية.

أ اللحوم المشوية ب المكسرات ج الأسماك المقلية د الأجبان البيضاء

٥- تناوُل الخضراوات الورقية الخضراء يساعد على الشعور بـ ....

أ الاسترخاء ب الحزن ج الغضب د التوتر

٣ أكمل العبارات الآتية ممَّا بين القوسين:

(البقوليات - المنتجات الحيوانية - النباتيون الصِّرْف - البدائل النباتية)

١- تحتوي .... على دهون غير صحِّية.

٢- تُعتبَر .... من البدائل النباتية المفيدة للجسم.

٣- الأشخاص الذين لا يأكلون منتجات من أي مصدر حيواني هم ....

٤ فكِّر ثُمَّ أجب عمَّا يأتي:

١- ما المقصود بالنباتيين المتوازنين؟

....

٢- ما الأطعمة التي تساعد على تنظيم الجهاز الهضمي والسيطرة على ضغط الدم؟

....

الموضوع الثاني

الوجبات السريعة والعادات الغذائية غير الصحّية







- يحدِّد الوجبات السريعة المعتادة.
- يصف بعض التأثيرات السلبية للوجبات السريعة.
- يناقش كيف تؤثِّر عمليات التسويق في خيارات الناس للوجبات السريعة.



- **ما الأطعمة السريعة المفضَّلة لديك؟ وما شعورك بعد تناولها؟**



- **ارتفاع تكلفة الوجبات السريعة.**





- وجبات سريعة التحضير وطعمها رائع، مثل: البطاطس المقلية والبيتزا.

• أضرارها

- تحتوي على نسبة عالية من السكَّريات والدهون.
- تحتوي على الطاقة العالية (أي السعرات الحرارية وهي مقياس الطاقة الذي يمدُّنا بها الغذاء).
- تسبِّب ضررًا على صحَّة الإنسان مع مرور الوقت.

• طرق التسويق للوجبات السريعة

- نشاهد إعلانات الوجبات السريعة على شاشات التليفزيون وعلى الإنترنت وفي المجلات.
- يظهر الطعام في هذه الإعلانات رائعًا وشهيًّا.
- يظهر الأشخاص في هذه الإعلانات مبتهجين، فتظهر الإعلانات ممتعة.



- يجب اختيار الوجبات التي تحتوي على نسبة منخفضة من الطاقة والدهون والسكَّر والملح.
- التفكير في الأطعمة الصحِّية التي يمكن أن تتناولها بدلًا من الوجبات السريعة.



ما الطعام المفيد لصحتك من القوائم الآتية؟

- يجب أن يشتمل الطعام المفيد لصحتك على الوجبات الثلاث الرئيسية (الإفطار، الغداء، العشاء والوجبات الخفيفة)؛ حيث إن الوجبات السريعة تحتوي على طاقة عالية لكنها لا تشبعك طوال اليوم.

وجبة سريعة	قائمة طعام ليوم كامل
ساندويتش برجر	**الإفطار** بيضتان - خبز
بطاطس	**الغداء** محشي - ملوخية - كشري
مشروب غازي كبير	**العشاء** فول مدمس - فاكهة



لنستكشف

- ابحث على شبكة الإنترنت عن مقالات صحفية ومعلومات عن التأثيرات السلبية للوجبات السريعة.



لنراجع

١- ما سبب تفضيل الناس لتناول الوجبات السريعة؟

٢- هل تناول الوجبات السريعة بشكل دائم أمر سيّئ؟ ولماذا؟ ما النتائج المحتمَلة لاتّباع عادات غذائية غير صحّية؟

٣- في رأيك، ما مقدار الدور الذي يؤدّيه التسويق في إقناع الناس بتناول الوجبات السريعة؟

نتعلَّم من خلال التطبيق

- **تناوُل الوجبات السريعة بشكل مستمر هو من العادات الغذائية غير الصحِّية التي يجب تجنُّبها.**

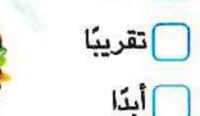
ما العادات غير الصحِّية التي تمارسها من القائمة الآتية؟ وكم مرة تقوم بها؟

تناوُل وجبات غذائية تحتوي على كمِّيَّة كبيرة من الدهون والمواد الحافظة

- النظام الغذائي الذي يحتـوي علـى كميات كبيرة من الدهون والمواد الحافظة يُعدّ سببًا رئيسيًّا في الإصابة بالسمنة.
- تناوُل كميات كثيرة من نوع واحد من الطعام وكمِّيات أقل بكثير من الوجبات الصحِّية يضرُّ بالجسم.

أفعل ذلك:

☐ كثيرًا ☐ غالبًا ☐ أحيانًا ☐ تقريبًا ☐ أبدًا





تناوُل الأطعمة المقلية

- يُؤدِّي إلى أمراض القلب والسكتة الدماغية.
- يُؤدِّي إلى السمنة لأنها تحتوي على سعرات حرارية أكثر من الأطعمة غير المقلية.

أفعل ذلك:

☐ كثيرًا ☐ غالبًا ☐ أحيانًا ☐ تقريبًا ☐ أبدًا





شُرب الشاي بعد الأكل مباشرة

- يؤدِّي إلى صعوبة في عملية الهضم.
- يؤدِّي إلى قِلَّة امتصاص الحديد بالجسـم ممَّا يُسبِّب الإصابة بفقر الدم (الأنيميا).

أفعل ذلك:

☐ كثيرًا ☐ غالبًا ☐ أحيانًا ☐ تقريبًا ☐ أبدًا



شُرب المشروبات الفازية

- يؤدِّي إلى السمنة لأنها تحتوي على نسبة عالية من السكَّريات.
- يتسبَّب في أمراض القلب وفقدان الكالسيوم ممَّا يؤدِّي إلى هشاشة العظام.
- يزيد من فرص الإصابة بداء السكَّري.
- يؤدِّي إلى تسوُّس الأسنان.

أفعل ذلك:

☐ كثيرًا ☐ غالبًا ☐ أحيانًا ☐ تقريبًا ☐ أبدًا

مُجاب عنها بنهاية الكتاب

اختبر نفسك على الموضوع الثاني

١ ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✘) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- الوجبات السريعة تحتوي على نسبة كبيرة من الدهون. ( )
٢- شُرْب الشاي بعد الأكل مباشرة يسبِّب الإصابة بالأنيميا. ( )
٣- تحتوي الوجبات السريعة على سعرات حرارية منخفضة. ( )
٤- يُفضَّل تناوُل الأطعمة المقلية لأنها صحِّية. ( )
٥- يوجد العديد من البدائل الصحِّية التي يمكن تناولها بدلًا من الوجبات السريعة. ( )

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

١- تُعتبَر .... مقياس الطاقة الذي يمدنا بها الغذاء.

أ الطاقة الحرارية　ب النسبة المئوية　ج السعرات الحرارية　د درجة الحرارة

٢- يظهر الأشخاص في إعلانات الوجبات السريعة وهم ....

أ سعداء　ب جائعون　ج غاضبون　د متعَبون

٣- تحتوي الوجبات .... على الكثير من السعرات الحرارية.

أ الصحِّية　ب المشوية　ج المسلوقة　د السريعة

٤- يجب اختيار الوجبات التي تحتوي على نسبة .... من الدهون والسكَّر والملح.

أ منخفضة　ب عالية　ج ضخمة　د متوسطة

٥- تناوُل وجبات تحتوي على نسبة عالية من .... يضرُّ بصحَّة الإنسان.

أ الألياف　ب الفيتامينات　ج الكالسيوم　د الدهون

٣ أكمل العبارات الآتية ممّا بين القوسين:

(القلب - الوجبات السريعة - الفيتامينات - الشاي - البيتزا)

١- لا يُفضَّل شُرْب .... بعد الأكل مباشرة.
٢- تُعدُّ .... من الوجبات السريعة.
٣- تناوُل الأطعمة المقلية يُؤدِّي للإصابة بأمراض ....
٤- تحتوي .... على نسبة مرتفعة من الطاقة والدهون والسكَّر.

٤ فكِّر ثُمَّ أجب عمّا يأتي:

١- لماذا يحب الناس تناول الوجبات السريعة؟

....

٢- كيف يتم الترويج للوجبات السريعة؟

....

الموضوع الثالث

المَقصِف المدرسي



أهداف الموضوع

في نهاية هذا الموضوع يكون التلميذ قادرًا على أن:

- يصف كيف يتمُّ عرض السلع أو البضائع داخل مَقصِف المدرسة.
- يصف كيف يتمُّ تخزين السلع والبضائع في مَقصِف المدرسة بشكل آمن وسليم.
- يعطي توصيات لتطبيق احتياطات السلامة عند تخزين الطعام في مَقصِف المدرسة.

لنتفاعَلْ معًا

- **اشرح طُرق التخزين الفعَّالة للسلع أو البضائع في مَقصِف المدرسة. ما الذي أعجبك؟**



لنتعلَّمْ

- **الطعام الجيِّد شكلًا ومذاقًا.**

وجبات غذائية مدرسية سليمة ورائعة

- تُعدّ من الأمور الصحِّية المهمة للتلاميذ داخل المدرسة.
- تمدُّ التلاميذ بما يحتاجونه من النشاط والطاقة طوال اليوم وتساعدهم على التفكير الإبداعي.

دور العاملين في مَقصِف المدرسة

العمل على التأكُّد من عرض الطعام بشكل لافت للنظر.

عرض المعلومات المتعلِّقة بكل وجبة بطريقة واضحة لجذب انتباه التلاميذ.

وضع صور لشهادات الصحَّة وسلامة الطعام والعاملين في المَقصِف لضمان جودة الخدمة.

ترتيب الرفوف بطريقة مُرتَّبة ومنظَّمة لجعل الطعام يبدو شهيًّا ومرغوبًا فيه.

استخدام اللافتات والصور في عرض المكونات الصحِّية الطازجة (الطماطم الطازجة والبقدونس وغيرها) يُعدّ أمرًا ضروريًّا لجذب الانتباه.



تقديم الوجبات داخل المقصف

- تُقدَّم في أطباق ملوّنة وتُغلَّف بطريقة تجذب انتباه التلاميذ.
- تُقدَّم هذه الوجبات ساخنة، باردة، أو مغلَّفة.
- يجب الحفاظ على الوجبات في درجة حرارة مناسبة لضمان سلامتها.

تخزين الوجبات

- **يجب أن يتم تخزين الطعام بشكل آمن وسليم لحمايته من البكتيريا والجراثيم عن طريق استخدام:**

خزائن ذات واجهة زجاجية لحماية الطعام من الهواء والحشرات.

أوعية للأطعمة الساخنة وأخرى للأطعمة الباردة.

ورق التغليف أو الأكياس لحفظ أصناف الطعام المختلفة.

أدوات حفظ مخصَّصة للأطعمة غير المعبَّأة.

فصل الأطعمة النيئة عن الأطعمة المطهية لضمان سلامة الأغذية.

لنستكشِف

- **ضع علامة (✔) أمام الطُّرق السليمة لعرض وتخزين البضائع داخل مَقصِف المدرسة:**

١- تقديم الطعام دون تغليف. ( )

٢- وضع البضائع على أرفف نظيفة وبطريقة منظَّمة. ( )

٣- تخزين الطعام في أكياس مخصَّصة للتخزين. ( )

٤- وضع البضائع تحت أشعَّة الشمس الحارَّة. ( )

لنراجِع

١- حدِّد بعض الأطعمة التي يحب التلاميذ تناولها في مَقصِف المدرسة. كيف تؤثر طريقة عرضها في خيارات التلاميذ؟

٢- ما أهمِّية تخزين الطعام في مَقصِف المدرسة بشكل سليم؟

٣- هل يتعارض تخزين الطعام بشكل مناسب مع عرضه بشكل لافت للنظر؟

نتعلَّم من خلال التطْبيق

- **بعد أن تعرَّفت على طريقة عرض الطعام والبضائع بشكل لافت للانتباه في مَقصِف المدرسة، أمامك ٣ قوائم من المواد في المَقصِف المدرسي:**

- **القائمة الأولى:** أطعمة طازجة (ساندويتش بالخس والطماطم والخيار).
- **القائمة الثانية:** مستلزمات دراسية (أقلام، دفاتر، مقص، أدوات هندسية).
- **القائمة الثالثة:** مواد غذائية معبَّأة (مياه معدنية، عصير طبيعي، شوكولاتة وبسكويت).

- **أكمل العبارات الآتية بما يناسب حفظ المواد المذكورة في القوائم السابقة بشكل صحيح:**

(تغليف – المياه – الثلاجة)

١- يجب تخزين القائمة (٣) في ....

٢- يجب .... محتويات القائمة (١) حتى لا يتعرَّض للتلوث.

٣- يجب إبعاد محتويات القائمة (٢) عن .... حتى لا تتلف.

قائمة (١)



قائمة (٢)



قائمة (٣)









مُجاب عنها بنهاية الكتاب

اختبر نفسك على الموضوع الثالث

١ ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✘) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- يمكن حفظ الأطعمة النيئة مع الأطعمة المطهية في نفس الوعاء. ( )

٢- عرض الطعام بشكل جذَّاب يحتاج إلى بعض التفكير الإبداعي. ( )

٣- يتم تخزين جميع أنواع السلع بنفس الشكل والطريقة. ( )

٤- وجود الشهادة الصحِّية للمَقصِف غير ضرورية. ( )

٥- ترتيب الرفوف بشكل جذَّاب أحد الطُّرق الناجحة لعرض السلع. ( )

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- عرض الطعام في خزائن ذات واجهة .... يحمي الطعام من الحشرات.

أ خشبية ب زجاجية ج مكشوفة د حديدية

٢- يجب استخدام .... لحماية الطعام بشكل صحِّي.

أ ورق الجرائد ب ورق المجلات ج أكياس القمامة د أكياس التغليف

٣- تقديم الطعام في أطباق ملوَّنة يعمل على .... الانتباه.

أ جذب ب تشتيت ج توزيع د تفريق

٤- يجب أن تكون صور الأطعمة .... معروضة على جدران المَقصِف المدرسي.

أ الفاسدة ب غير الصحِّية ج الصحِّية د الضارَّة

٥- يجب الاحتفاظ بالطعام في درجة حرارة .... عند تخزينه في مَقصِف المدرسة.

أ عالية ب منخفضة ج الغليان د مناسبة

٣ أكمل العبارات الآتية ممَّا بين القوسين:

(لافت - عبوات - الحشرات - الإبداعي - الشهادة الصحِّية)

١- التفكير .... يساعد على عرض الطعام بشكل جذَّاب وسليم.

٢- يجب على العاملين في المَقصِف عرض الطعام بشكل .... للنظر.

٣- خزائن الطعام ذات الواجهة الزجاجية تحمي الطعام من التعرُّض لـ ....

٤- للحفاظ على الأطعمة في المَقصِف المدرسي، يجب تخصيص .... منفصلة للمأكولات الساخنة والباردة.

٤ فكِّر ثمَّ أجب عمَّا يأتي:

١- لماذا تُعتبَر الوجبة المدرسية مهمَّة للتلاميذ؟

....

٢- لماذا يجب تقديم الطعام في أطباق ملوّنة؟

....

الموضوع الرابع

الشراب الطبيعي والصناعي





أهداف الموضوع

في نهاية هذا الموضوع يكون التلميذ قادرًا على أن:

- يعطي أمثلة عن الشــراب الطبيعي الذي يُستخدَم في المشروبات.
- يوضِّح الفرق بين الشراب الطبيعي والشراب الصناعي.
- يقارن بين القيمة الغذائية للشراب الطبيعي والشراب الصناعي.



لنتفاعَلْ معًا

- **ما أشهر المشروبات التي بنكهة الفاكهة والزهور في مصر؟ ومن أين تحصل عليها؟**

لنتعلَّم

- **مشروبات البُرتقَال المختلفة.**

- **تنقسم العصائر إلى عصائر طبيعية أو صناعية:**

- **العصائر الطبيعية (الطازجة والمعلَّبة):** مصنوعة من عصير الفاكهة المركَّز أو خلاصة الزهور والسكَّر.

- **العصائر الصناعية:** فهي مصنوعة من مادَّة ملوَّنة صحِّية ولا تحتوي على فاكهة أو زهور طبيعية.



أنواع الشراب

١ـ الشراب الطبيعي الطازج



- شراب معصور مباشرة من الفاكهة.
- يحتوي على أجزاء من الفاكهة.
- له مذاق الفاكهة الطازجة.

٢ـ الشراب الطبيعي المعلب



- مصنوع من عصير الفاكهة، والسكَّر، والماء، والمواد الحافظة.
- لونه مشابه للون الشراب الطبيعي الطازج.
- لا يحتوي على أجزاء من الفاكهة.
- مذاقه كمذاق الفاكهة ولكنه ليس طازجًا.

٣- الشراب الصناعي

- لا يحتوي على عصير الفاكهة.
- يحتوي على ماء، سكَّر، لون صناعي، نكهة صناعية، ومواد حافظة.
- رائحته وطعمه لا يشبهان رائحة وطعم الفاكهة الطبيعية.
- مذاقه سكَّري جدًّا وله نكهة الفاكهة وشكله سائل صافٍ فاتح اللون.



لاحظ أن

الناس يضيفون الماء إلى العصائر لصُنع الشراب في المنزل.

مراحل تصنيع الشراب الصناعي من المعمل إلى الزجاجة

١ تبدأ العملية بزراعة الفاكهة أو الزهور في المزارع.



٢ تُنقل المحاصيل ويتم بيعها أو تحويلها إلى عصير.



٣ تُباع الفاكهة والزهور في الأسواق.



٤ تقوم المصانع بمعالجة العصير النَّقي والشراب الطبيعي أو العناصر المركَّزة والشراب الصناعي



٥ - تُصنع النكهات الصناعية في المعمل باستخدام مواد كيميائية موجودة بشكل طبيعي في الفاكهة والزهور.
- تُعتبَر النكهة الصناعية أرخص ثمنًا من العصير الطبيعي.



٦ تتم معالجة العصائر والمشروبات المركَّزة؛ بحيث يمكن تخزينها لفترة طويلة.





مراحل تصنيع الشراب الطبيعي من المزرعة إلى الزجاجة

- **يمكن صُنع الشراب الطبيعي بمزج الفاكهة مع السكَّر والماء أو بنقع الزهور في الماء مع السكَّر.**



١

تُزرع الفاكهة أو الزهور في المزارع.



٢

تُنقل لبيعها أو تحويلها لعصير.



٣

تُباع بعض الفاكهة والزهور في الأسواق.



٤

تُعصر بعض الفاكهة مباشرة وتُحوَّل إلى عصير.



لنستكشِف

- **اختر نوع العصير الذي تفضِّله، ثم اذكر سبب اختيارك له:**





سبب اختيار العصير هو: ....



لنراجِع

١- ما الطُّرق التي يمكن من خلالها صُنع المشروبات من الفاكهة والزهور؟

٢- أيهما مغذٍّ أكثر تناوُل الفراولة أم شُرْب عصير الفراولة؟ ولماذا؟

٣- ما نوع المشروبات التي تحب شُربها، العصير الطازج، أم العصير الطبيعي المعلَّب، أم الشراب الصناعي؟ ولماذا؟

نتعلَّم من خلال التطبيق

- **بعد معرفة الفرق بين الشراب الطبيعي والصناعي، جرّب هذه الطريقة للتمييز بينهما. أحضِر مشروبًا طبيعيًّا وآخر صناعيًّا. صُب كلاًّ منهما في كوبٍ مُنفصل. تذوّق كليهما، ثم دوّن ملاحظاتك عن كل مشروب على حدة، مع التركيز على:**

- **الشكل واللون:** صف لون كل مشروب وشكله.
- **القوام:** هل هو سميك أم خفيف؟
- **الفاكهة:** هل يحتوي على قِطَع من الفاكهة أم أنه صافٍ؟
- **الطعم:** هل هو سُكَّري، أم بدون سُكَّر؟
- **المكونات الأخرى:** هل أُضيف إليه أي شيء آخر؟

الملاحظات

الشراب (١)

- **النكهة:** ....
- **مذاق الشراب :** ....
- **اللـون :** ....
- **شكل الشراب :** ....

أعتقد أن هذا الشراب

- ☐ شراب طبيعي.
- ☐ شراب صناعي.
- ☐ طازج أو محضَّر في المنزل.
- ☐ صناعي ومعبَّأ في زجاجات/ معلَّب.
- ☐ مغذٍّ جدًّا.
- ☐ مغذٍّ إلى حدٍّ ما.
- ☐ ليس مغذِّيًا على الإطلاق.

الشراب (٢)

- **النكهة:** ....
- **مذاق الشراب :** ....
- **اللـون :** ....
- **شكل الشراب :** ....

أعتقد أن هذا الشراب

- ☐ شراب طبيعي.
- ☐ شراب صناعي.
- ☐ طازج أو محضَّر في المنزل.
- ☐ صناعي ومعبَّأ في زجاجات/ معلَّب.
- ☐ مغذٍّ جدًّا.
- ☐ مغذٍّ إلى حدٍّ ما.
- ☐ ليس مغذِّيًا على الإطلاق.

مُجاب عنها بنهاية الكتاب

اختبر نفسك على الموضوع الرابع

١ ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✘) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- العصائر الطبيعية مصنوعة من عصير الفاكهة المركَّز والسكَّر. (   )
٢- يتم إضافة مواد حافظة إلى العصير الطبيعي الطازج. (   )
٣- نجد قِطعًا من الفاكهة في الشراب الطبيعي المعلَّب. (   )
٤- الشراب الصناعي يحتوي على ألوان ونكهات صناعية. (   )
٥- النكهات الصناعية أغلى ثمنًا من العصير الطبيعي. (   )

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- الشراب المعصور مباشرة من الفاكهة هو الشراب ....
أ الطبيعي المعلَّب   ب الطبيعي الطازج   ج الصناعي   د الفاسد

٢- تقوم .... بمعالجة العصير الطبيعي والشراب الصناعي.
أ المصانع   ب النوادي   ج المستشفيات   د المدارس

٣- الشراب .... مذاقه كمذاق الفاكهة المصنوع منها ولكنه ليس طازجًا.
أ المُركَّز   ب الطبيعي المعلَّب   ج الطبيعي الطازج   د الصناعي

٤- المشروبات .... تُعصر مباشرة من الفاكهة وتحتوي على أجزاء منها.
أ الغازية   ب الصناعية   ج الطبيعية المُعلَّبة   د الطبيعية الطازجة

٥- تُعدُّ النكهة الصناعية أرخص ثمنًا من العصير ....
أ الصناعي   ب الطبيعي   ج الفاسد   د غير الصحِّي

٣ صوِّب ما تحته خط:

١- يضاف للشراب **الطبيعي** الألوان الصناعية. (....................)
٢- يمكن إضافة **الشاي** إلى العصائر لصُنعه في المنزل. (....................)
٣- الشراب الطبيعي **المعلَّب** يحتوي على أجزاء من الفاكهة. (....................)
٤- يحتوي الشراب الصناعي على ماء وسكَّر ونكهات **طبيعية**. (....................)

٤ فكِّر ثُمَّ أجب عمَّا يأتي:

١- ما الهدف من معالجة العصائر والمشروبات المُركَّزة؟
....

٢- كيف يُمكن صُنع مشروب في المنزل باستخدام العصير؟
....



الموضوع الخامس
جولة داخل مصنع شراب الفاكهة

أهداف الموضوع



في نهاية هذا الموضوع يكون التلميذ قادرًا على أن:

- يحدِّد المخاطر والعوائق عند تحضير الشراب.
- يقترح الحلول للتغلُّب على العيوب التي تحدث أثناء عملية التصنيع.
- يُحضِّر الشراب من الفاكهة أو الزهور مع مراعاة تطبيق احتياطات الصحَّة والسلامة.



لنتفاعَلْ معًا

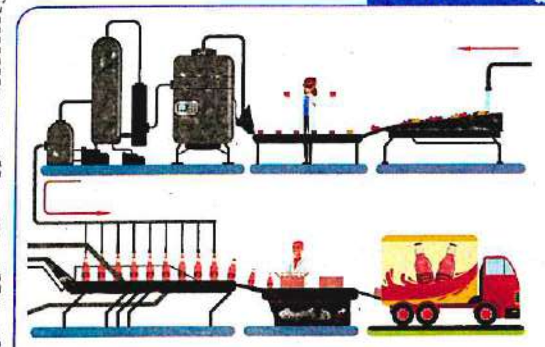
- ما المُنتَجات التي يمكن تصنيعها من الفاكهة؟



لنتعلَّم

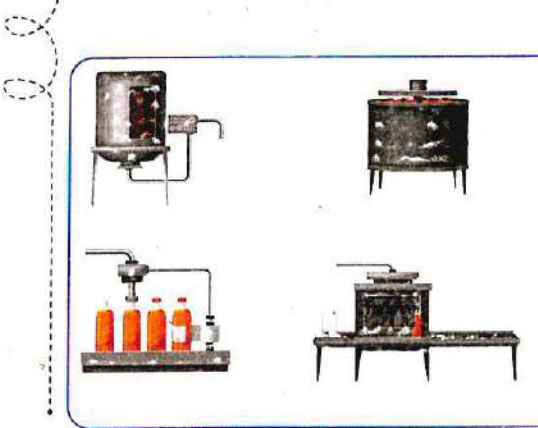
- جولة داخل المصنع.

خطوات تحضير وتجهيز الشراب الطبيعي المُعلَّب



- أولًا غسل الفاكهة جيدًا.
- إرسال الفاكهة عَبْر سيور متحركة من خلال الآلات التي تهرس هذه الفاكهة.
- عصر الفاكهة بواسطة آلات مخصَّصة لهذا ثم تصفيتها لإزالة اللب والقشر والبذور.
- اختبار العُمَّال جودة العصير.
- تسخين العصير لقتل الميكروبات.
- مرحلة التعبئة؛ حيث يضاف الماء والسُّكَّر للعصير النقي.

خطوات إعداد الشراب الصناعي



- تُخلط أطعمة الفواكه المختلفة والألوان المجهَّزة في المعامل مع السُّكَّر ثم يُخلَط بالماء لصُنع الشراب.
- تعقيم الزجاجات بواسطة الآلات لقتل الميكروبات.
- تُملأ الزجاجات بالشراب أثناء تحرُّكها على السير المتحرك.
- تنتقل الزجاجات المملوءة للمكان الذي توضع فيه أغطيتها بإحكام لتجنُّب التلوُّث.

• ملاحظات يجب اتِّباعها عند تصنيع الشراب

- عند خلط السكَّر يجب أن يكون السائل ساخنًا حتى لا يُفصل فيما بعد.
- إضافة المواد الحافظة للشراب تعمل على إطالة فترة صلاحيته.
- ضرورة الالتزام بالتدابير الصحِّية فقد تتسبَّب الميكروبات الموجودة في الزجاجات بتخمُّر المشروبات وفسادها.

• احتياطات السلامة الواجب على العُمَّال اتِّباعها لصُنع الشراب

- يجب على العُمَّال ارتداء غطاء الشعر والقُفَّازات لحمايتهم وحماية المُنتَج من التلوُّث.
- تدريب العُمّال على الطريقة الصحيحة لاستخدام الآلات لضمان تجنُّب الحوادث.
- إزالة العصير المسكوب ورفع أشياء من على الأرض فورًا لمنع تعثُّر أي شخص بها.
- الحرص على تجنُّب الحروق عند استخدام الحرارة العالية.



• **ماذا سيحدث إذا:** تم خلط السكَّر مع الشراب وهو بارد؟ ....

لنراجِعْ

١- ما الخطوات التي يقوم بها عُمَّال مصنع المشروبات للتأكُّد من أن المُنتَج النهائي سليم وعالي الجودة؟

٢- اختر مصنعًا تهتم للقيام بجولة فيه؟هل تعتقد أنك ترغب في العمل في مصنع؟ ولماذا؟ برِّر إجابتك.

نتعلَّم من خلال التطبيق

• **بعد التعرُّف على كيفية إعداد الشراب الصناعي داخل المصنع عليك أن تقوم بصُنع كمِّيَّة صغيرة من الشراب.**

خطوات تحضير الشراب الصناعي	• **قبل البدء في التحضير:** ستحتاج إلى الألوان المُجهَّزة في المعامل مع السكَّر والمواد الحافظة. • **أثناء التحضير:** ستحتاج إلى خلط الشراب بالماء. • **بعد الانتهاء سوف:** تقوم بتعبئة الشراب في زجاجة نظيفة.
للحفاظ على المنتَج سليمًا وغير ملوث، سوف ...	• ....
للحفاظ على سلامتك أثناء إعداد المنتَج، سوف ...	• ....

مُجاب عنها بنهاية الكتاب

اختبر نفسك على الموضوع الخامس

① ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✘) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- يجب إزالة العصير المسكوب من على الأرض لمنع تَعثُّر الأشخاص به. ( )

٢- المرحلة الأولى في عملية تصنيع المشروبات هي تعبئته في الزجاجات. ( )

٣- إضافة المواد الحافظة للشراب المُصنَّع أمر غير ضروري. ( )

٤- إحدى خطوات تحضير الشراب الطبيعي المُعلَّب هي غسل الفاكهة. ( )

٥- يتم تعقيم الزجاجات بواسطة آلات خاصَّة. ( )

② اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- يجب .... العصير لقتل الميكروبات.

أ تجميد ب شُرْب ج رمي د تسخين

٢- عند إضافة .... إلى الشراب لا بُدَّ أن يكون العصير ساخنًا.

أ السكَّر ب الملح ج البهارات د القرفة

٣- الميكروبات الموجودة في الزجاجات تتسبَّب في .... المشروبات وفسادها.

أ عصر ب غليان ج تخمُّر د تبخُّر

٤- أولى خطوات تحضير العصير الطبيعي هي .... الفاكهة.

أ غسل ب تخزين ج هرس د تسخين

٥- نحتاج إلى .... العصير لإزالة اللُّب والقشرة والبذور.

أ غسل ب تصفية ج غليان د تخزين

③ أكمل العبارات الآتية ممَّا بين القوسين:

(ملؤها - الحرارة العالية - المواد الحافظة - التلوُّث - هرس)

١- يجب على العُمَّال ارتداء غطاء الشَّعر والقُفَّازات لحماية المُنتَج من ....

٢- تتحرك الزجاجات أسفل السير المتحرك ليتم .... بالعصير.

٣- يجب على العُمَّال تجنُّب الحروق عند استخدام ....

٤- عند تحضير العصير الطبيعي تُرسَل الفاكهة من خلال الآلات التي تقوم بـ .... الفاكهة.

④ فكِّر ثُمَّ أجب عمَّا يأتي:

١- ما الخطوة الأولى في عملية إعداد الشراب الصناعي؟

....

٢- ما أهمِّية إضافة المواد الحافظة للشراب؟

....

الموضوع السادس

اللبن





أهداف الموضوع

في نهاية هذا الموضوع يكون التلميذ قادرًا على أن:

- يشرح أهمِّية اللبن للتغذية.
- يصف كيفية معالجة اللبن لجعله سليمًا للاستهلاك.
- يناقش كيفية التحقُّق ممَّا إذا كان اللبن طازجًا وسليمًا.



لنتفاعَلْ معًا

- **أيُّ من منتجات الألبان تفضِّل؟ هل هناك أيُّ منتج لا تحبُّه؟ ولماذا؟**



لنتعلَّمْ

- **اللبن وأهمِّيته.**

– أحد المشروبات الأساسية التي نستهلكها يوميًا.

– يحتوي على نسبة عالية من العناصر الغذائية المفيدة (البروتينات، الدهون، الكربوهيدرات، الفيتامينات، والأملاح المعدنية) التي تساعد في نمو الجسم وتقوية المناعة.

- **مصادر اللبن**

– نحصل عليه عادة من الأبقار، لكن يمكن أيضًا الحصول عليه من الجاموس، الماعز، الأغنام، والإبل.

– تُعدُّ مصر من أكبر الدول المنتجة للبن الجاموسي.

- **منتجات اللبن**

– يُستخدَم في صناعة العديد من المنتجات، مثل الجبن والزبادي.

– يدخل في صُنع أنواع أخرى من المشروبات.

- **طرق غش اللبن**



- **يجب توخي الحذر عند شراء اللبن لسهولة غشه من قِبَل بعض البائعين عديمي الأخلاق، ومن أشهر طُرق الغش:**

– الماء: يُضاف لزيادة كمِّية اللبن وليس بالأمر الخطير ولكن بذلك يكون اللبن بسعر أعلى من قيمته الحقيقية.

– الفورمالين: يُضاف ليحافظ على اللبن ليبدو وكأنه طازج ولكنه يُعتبَر مادَّة حافظة قوية قد تكون ضارة.

– مادَّة النشا: تُضاف لتعديل قوام اللبن ليصبح متجانسًا وسميكًا بعد نزع المادَّة الدهنية ليبدو كامل الدسم.

• هل اللبن الذي تتناوله سليم؟

• للتأكُّد من جودة وسلامة اللبن يجب مراعاة بعض الأمور منها:

- طعم ورائحة اللبن.
- التأكُّد من تاريخ انتهاء الصلاحية.
- يمكن اختبار اللبن عن طريق غلي عيِّنة على نار هادئة لمدة ١٥ دقيقة حتى يتخثَّر (يتجبَّن). إذا وجدت رواسب متجمدة (متجبِّنة) هذا يعني أن اللبن غير طازج، أما إذا كانت الرواسب دهنية فهذا يعني أن نوعية اللبن جيدة.

لنستكشِف

• اختر الطُّرق التي يجب مراعاتها عند اختبار سلامة اللبن:

١- التأكُّد من طعم ورائحة اللبن.	٢- وضع ماء على اللبن.	٣- التأكُّد من تاريخ انتهاء صلاحية اللبن.
( )	( )	( )

لنراجِع

١- ما أسباب وجود لبن مغشوش؟ ٢- ما أسباب إضافة بعض الإضافات إلى اللبن؟

٣- اذكر بعض الطُّرق الجيدة التي يمكن القيام بها للتأكُّد من أن اللبن سليم وصالح للشُّرب.

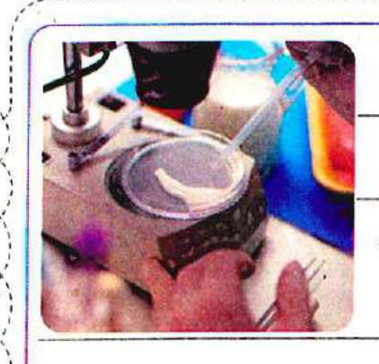
نتعلَّم من خلال التطبيق

• سنقوم بإجراء ثلاث تجارب للتحقُّق من وجود إضافات في اللبن.

• الأدوات المطلوبة:

كمِّيَّة قليلة من اللبن.	سطح أملس مستوٍ مثل مرآة صغيرة.	وعاءان: أحدهما مُخصَّص للقياس والآخر بغطاء.

التجربة (١): التحقُّق من وجود ماء مضاف



• خطـوة (١) ضع نقطة من اللبن على سطح مستوٍ وناعم.

• خطـوة (٢) قُم بإمالة السطح قليلًا حتى يتدفَّق اللبن.

• النتيجـة

اللبن النقي: يبقى ثم يتدفَّق ببطء تاركًا أثرًا أبيض اللون.

اللبن المخفف: يتدفَّق على الفور من دون ترك علامة.

• ما الذي أراه؟ ....

التجربة (٢): التحقُّق من وجود الفورمالين



- **خطـوة (١)** أضِف من (٢) إلى (٣) قطرات من حمض كبريتيك مركّز إلى كمِّيَّة مقدارها (١٠) مل من اللبن مضافًا إليها كمِّيَّة مماثلة من الماء.
- **خطـوة (٢)** انتظر ولا ترُجّ المحلول.
- **النتيجـة** إذا ظهر في اللبن حلقة زرقاء أو بنفسجية فهذا يعني أنه يحتوي على مادة الفورمالين، وإذا لم يظهر ذلك فهذا يعني خلوه منها.
- **ما الذي أراه؟** ....
....

التجربة (٣): التحقُّق من وجود مادَّة النشا



- **خطـوة (١)** أضِف من (٢) إلى (٣) قطرات من اليود إلى كمِّيَّة مقدارها (٥) مل من اللبن.
- **خطـوة (٢)** رُجّ المحلول جيدًا.
- **النتيجـة** اللبن الذي يتحوَّل إلى اللون الأزرق يكون فاسدًا ومغشوشًـا، أمَّا إذا ظل أبيض فلا توجد به مادة النشا.
- **ما الذي أراه؟** ....
....

مُجاب عنها بنهاية الكتاب

اختبر نفسك على الموضوع السادس

١ ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✘) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- يدخل اللبن في صناعة العديد من المُنتَجات، مثل الزبادي. ( )

٢- الأبقار هي المصدر الوحيد للَّبن. ( )

٣- اللبن من المُنتَجات التي يصعب غشها. ( )

٤- التأكُّد من تاريخ صلاحية منتجات الألبان من الأمور الضرورية. ( )

٥- وجود الرواسب المتجمِّدة بعد غلي اللبن يدل على أن اللبن طازج. ( )

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- يدخل .... في صناعة العديد من المُنتَجات، مثل الجبن.

أ السمك   ب الخضار   ج اللبن   د الجمبري

٢- يتم غش اللبن عن طريق إضافة .... حيث يتم الحصول على القليل من اللبن.

أ السكَّر   ب الماء   ج الجبن   د السمن

٣- يتم اختبار اللبن عن طريق الغلي حتى ....

أ يتبخَّر   ب يتخثَّر   ج يتجمَّد   د ينضج

٤- تتم إضافة .... للألبان وهو يُعتبَر مادَّة حافظة قوية قد تكون ضارَّة.

أ النشا   ب الثلج   ج الفورمالين   د الزبادي

٥- عند إضافة بعض القطرات من .... يتحوَّل اللبن المضاف إليه النشا إلى اللون الأزرق.

أ اليود   ب الفورمالين   ج الماء   د العصير

٣ أكمل العبارات الآتية ممَّا بين القوسين:

(الفورمالين – اللبن – الأبقار – المادَّة الدهنية – الدجاج)

١- يضاف النشا لتعديل قوام اللبن ليصبح متجانسًا بعد نزع .... منه.

٢- يُعتبَر .... من المُنتَجات التي يسهل غشها.

٣- يحافظ .... على اللبن كأنه طازج وهو مادَّة حافظة قوية.

٤- يمكن الحصول على اللبن من ....

٤ فكِّر ثمَّ أجب عمَّا يأتي:

١- ما أهم استخدامات اللبن؟

....

٢- ما الهدف من إضافة النشا إلى اللبن؟

....



الموضوع السابع



سلامة الطعام وحفظه



أهداف الموضوع **في نهاية هذا الموضوع يكون التلميذ قادرًا على أن:**

- يصف كيفية حفظ الطعام بشكل صحِّي وسليم.
- يعرف متى يكون المُنتَج الغذائي غير صحِّي.
- يذكر المشكلات المتعلِّقة بسلامة الأغذية.



لنتفاعَلْ معًا

- **كيف يحفظ الناس الطعام؟ لماذا من الضروري أن تكون قادرًا على حفظ الطعام؟**



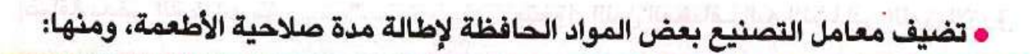
لنتعلَّم

- **حفظ الطعام بشكل سليم.**

- يوجد العديد من الطُّرق التي يتم بها حفظ الطعام بشكل سليم، وهذه الطُّرق يتم اتِّباعها في المصانع والمنازل.



- تتسبَّب الأخطاء التي تحدث أثناء حفظ الطعام في نمو البكتيريا أو العفن في الطعام ممَّا يؤدِّي إلى إصابة الناس بالأمراض.



- **تضيف معامل التصنيع بعض المواد الحافظة لإطالة مدة صلاحية الأطعمة، ومنها:**

١- حمض الستريك.	٢- حمض الأسكوربيك.	٣- حمض النتريت.	٤- حمض الكبريتيك.

طُرق حفظ الطعام

١ التجفيف

٢ التجميد

٣ البسترة

٤ التمليح

٥ التعليب



ممارسات لسلامة الغذاء



- إذا احتوى السائل الموجود في العلبة على فُقّاعات ورائحة حادة فهذا يدل على أن المُنتَج الغذائي غير صحّي.
- يجب التحقُّق من تاريخ انتهاء الصلاحية المدوَّن على العلبة والتأكد من أنه غير منتهي الصلاحية.

• الإجراءات الواجب اتّباعها عند وجود عيوب في المُنتَج:

- عند وجود عيوب في المُنتَج عليك التوجه للمتجر لإعادة هذا المُنتَج.
- في حالة عدم حل المشكلة بالمتجر يجب الاتصال **بجهاز حماية المستهلك** لتقديم شكوى.
- سيقوم الجهاز بإرسال مفتشين إلى المصنع للتأكُّد من تاريخ الصلاحية وتوقيع عقوبة مناسبة على المصنع لضمان عدم تكرار مثل هذا الموقف مرة أخرى.

الاتصال بـ

هل لديك شكوى بشأن سلامة منتج غذائي؟

تواصل مع جهاز حماية المستهلك!

الخط الساخن: ١٩٥٨٨ (منطقة القاهرة الكبرى والإسكندرية).

الموقع الإلكتروني: www.cpa.gov.eg

البريد الإلكتروني: info@cpa.gov.eg

أو املأ نموذجًا في مكتب البريد المحلّي الخاص بك.

تاريخ انتهاء الصلاحية

هو التاريخ الذي يجب استهلاك المُنتَج قبل انتهائه، بعد هذا التاريخ لا يمكن ضمان سلامة المُنتَج وجودته.



لنستكشِف

• **قام عمر بشراء علبة من العصير من أحد التُّجار وعند فتحها وجد أن لها طعمًا ورائحة سيئين، في رأيك:**

١- ما الذي يجب أن يقوم به صاحب المتجر لحلِّ هذه المشكلة؟

....

٢- ما دور جهاز حماية المستهلك في حل الشكوى؟

....



لنراجِع

١- ما الذي تفعله للتأكُّد من سلامة المُنتَج عند شرائه؟

٢- وضِّح الطُّرق التي يتم بها حفظ الأطعمة داخل المصنع. مع ذكر الأخطاء التي يمكن أنْ تحدث عند تخزين الطعام.

٣- ما أهمِّية جهاز حماية المستهلك عند وجود عيوب في المُنتَج؟



نتعلّم من خلال التطبيق

- يوجد العديد من الطُّرق الشائعة لحفظ الطعام، منها:

المخللات السريعة



- يُستخدَم الملح والخل فقط لحفظ الخضراوات.
- يمكن أن يكون هذا النوع من المخللات جاهزًا للأكل خلال ساعات.
- يستمر لمدة أسبوع تقريبًا في الثلاجة.

إرشادات السلامة

- اغسل يدك والخضراوات جيدًا.
- لا تترك البرطمانات خارج الثلاجة لأكثر من ساعة.
- كن حذرًا عند استخدام سكين حاد (ضع إحدى يديك على المقبض والأخرى فوق نصل السكين).

التجفيف

- يزيل الرطوبة من الأطعمة حتى لا ينمو عليها أيُّ عفن أو بكتيريا.
- جميع أشكال التجفيف تحتاج إلى:
  - مزيج من الرطوبة المنخفضة ودرجة حرارة مرتفعة.
  - دوران الهواء لإزالة الرطوبة مع تجنُّب تلف الأطعمة أو فسادها.
- طُرق التجفيف المنزلية الشائعة المُستخدَمة:

١- باستخدام الهواء في الداخل.

٢- في الشمس خارجًا.

٣- باستخدام الفرن.

أوّلًا: التجفيف باستخدام الهواء في الداخل

- تجفيف بعض الخضراوات والفطر والفلفل الحارّ والأعشاب بالهواء في الداخل.



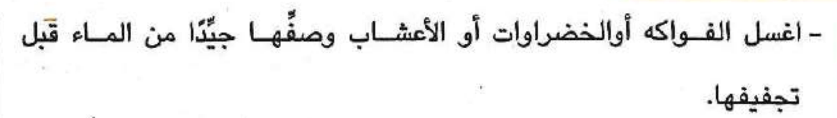
إرشادات السلامة

- اغسل الفواكه أو الخضراوات أو الأعشاب وصفِّها جيِّدًا من الماء قبل تجفيفها.
- قُمْ بعملية التجفيف بالهواء في مكان دافئ وجاف.
- عَلِّق الأطعمة بخيط أو ضعها على رفوف لتتعرّض لدوران الهواء وتُجفَّف.

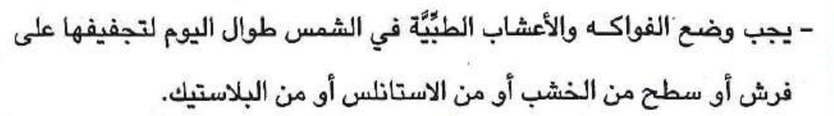
ثانيًا: التجفيف في الشمس خارجًا

- **يتم تجفيف الفواكه (بما في ذلك الطماطم) في الشمس، لأنَّها الطريقة المُثلى؛ نظرًا لاحتواء هذه الأطعمة على نسبة عالية من الأحماض والسكَّريات، وذلك يحميها من التلف. ويمكن تجفيف الفاصولياء بالطريقة نفسها.**

إرشادات السلامة



- اغسل الفواكه أوالخضراوات أو الأعشاب وصفِّها جيِّدًا من الماء قبل تجفيفها.



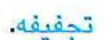
- يجب وضع الفواكه والأعشاب الطبِّيَّة في الشمس طوال اليوم لتجفيفها على فرش أو سطح من الخشب أو من الاستانلس أو من البلاستيك.
- يُفضَّل أن تتمَّ عملية التجفيف في الأيَّام الحارَّة والجافَّة، ثم يتم تغطيته ووضعه في الداخل أثناء الليل.



ثالثًا: التجفيف باستخدام الفرن

- **يمكن تجفيف معظم الأطعمة في الفرن.**

إرشادات السلامة

- اغسل الفواكه أوالخضراوات أو الأعشاب وصفِّها جيِّدًا من الماء قبل تجفيفها.
- يجب أن تتمَّ عملية التجفيف في الفرن على درجة حرارة تتراوح بين ٥٧ إلى ٩٢ درجة مئوية مع فتح باب الفرن أو تشغيل مروحة الفرن لعدَّة ساعات،  وذلك لأنَّ درجات الحرارة المرتفعة جدًّا قد تؤدِّي إلى طهي الطعام بدلًا من تجفيفه.



لاحظ أن

طُرق تجفيف الطعام بالهواء في الداخل أو تجفيفه في الشمس هي الطُّرق المُثلى لتجفيف الطعام.

مُجاب عنها بنهاية الكتاب

اختبر نفسك على الموضوع السابع

① ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✗) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- عملية حفظ الطعام تتم في المصانع فقط. ( )

٢- التجفيف والتجميد أحد طُرق حفظ الطعام. ( )

٣- المُنتَج الغذائي الصحِّي هو الذي له رائحة سيئة. ( )

٤- يجب التحقُّق من تاريخ انتهاء الصلاحية قبل شراء المُنتَجات. ( )

٥- معامل التصنيع تقوم بإضافة المواد الحافظة عند تخزين الطعام. ( )

② اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- عملية .... تقوم بإزالة الرطوبة من الأطعمة.

أ السلق ب الطهي ج الغلي د التجفيف

٢- يكون المُنتَج الغذائي .... إذا احتوى السائل الموجود به على فقاعات.

أ فاسدًا ب صحِّيًّا ج طازجًا د جيدًا

٣- الأخطاء التي تحدث أثناء حفظ الطعام تتسبَّب في ....

أ زيادة الجودة ب تماسك القوام ج نمو البكتيريا د زيادة الكمِّيَّة

٤- يُعدُّ التمليح أحد طُرق حفظ ....

أ الكتب ب الطعام ج اللبن د الحلوى

٥- يتم استخدام حمض الستريك كنوع من المواد .... عند حفظ الطعام.

أ الحافظة ب السكَّرية ج الصلبة د المالحة

③ أكمل العبارات الآتية ممَّا بين القوسين:

(العفن - التجميد - حفظ - زيادة الجودة)

١- من طُرق حفظ الطعام ....

٢- الهدف من تجفيف الطعام هو .... الطعام.

٣- إذا لم يتم حفظ الطعام بشكل صحيح، قد ينمو عليه ....

④ فكِّر ثمَّ أجب عمَّا يأتي:

١- كيف يتم تجفيف الأطعمة بالهواء داخل المنزل؟

....

٢- ما أهمِّية معرفة تاريخ انتهاء الصلاحية؟

....

الموضوع الثامن

تفادي المخاطر أثناء العمل





أهداف الموضوع

في نهاية هذا الموضوع يكون التلميذ قادرًا على أن:

- يحدِّد المخاطر التي يواجهها الحِرَفيون في العمل.
- يقدِّم اقتراحات حول كيفية تجنُّب الإصابة أثناء ممارسة أعمال النجارة والطلاء.
- يتدرَّب على احتياطات السلامة في مكان العمل.



لنتفاعَلْ معًا

- **ما الشيء الذي تودُّ أن تصنعه؟ ماذا ستفعل لتجنُّب إصابتك أثناء القيام بذلك؟**



لنتعلَّم

- **احذر عند استخدام الأدوات.**

- يقوم الحِرَفيون في المصانع باستخدام الآلات الثقيلة والتعامل مع الأدوات الكهربائية، وقد يتسبب ذلك في إصابتهم؛ لذلك يجب اتِّباع مجموعة من الإرشادات للعمل بطريقة آمنة.



الإرشادات الواجب اتِّباعها عند ممارسة أعمال النجارة والطلاء

١ـ ارتداء نظَّارات واقية للعينين



- يجب ارتداء نظَّارات السلامة وحماية الأعين عند التعامل مع الخشب؛ حيث يمكن أن تتطاير نشارة الخشب في كل مكان.
- يجب ارتداء نظَّارات السلامة عند القيام بعملية الطلاء تجنبًا لأي سوائل أو ألوان متناثرة.

٢ـ إبقاء اليد بعيدًا عن الشفرة أو الحواف الحادَّة



- يجب الحرص على عدم وضع اليد بالقرب من شفرة أو ريشة المثقب.
- عند تقطيع الخشب أو ثقبه، تُستخدَم المسامير لتثبيت الأشياء على الطاولة.
- في حالة عدم وجود مسامير، يتم إمساك الأشياء بثبات مع إبقاء اليدين بعيدة عن الأجزاء الحادَّة.
- اطلب المساعدة عند استخدام أدوات ثقيلة.



٣ـ استخدام الشاكوش بتأن (حرص)

- يجب الحرص عند استخدام الشاكوش، فيتم مسك المسمار ثم الدق عليه دقًّا خفيفًا جدًّا في البداية. ثم دق باقي المسمار واليد بعيدة.
- يجب عدم تحريك الشاكوش إلى أعلى أو إلى أسفل حتى لا يصيب اليد أو الوجه.



٤ـ الحذر عند استخدام الأدوات الكهربائية

- يجب الحذر عند استخدام المثقب وأدوات الصنفرة وأي أدوات كهربائية أخرى.
- لا يتم استخدام هذه الأدوات بالقرب من الماء.
- عند تغيير ريشة المثقب أو ورقة الصنفرة لا بُدَّ من التأكُّد من أن الأدوات غير موصَّلة بالكهرباء وأن السلك الكهربائي لا يمتد عبر ممرٍّ.



٥ – الحرص على تهوية مكان العمل

- عند القيام بأعمال الطلاء أو استخدام مزيل الطلاء أو الغراء القوي يجب الحرص على فتح النوافذ ووضع مروحة لتهوية المكان. فالأبخرة المتصاعدة من الطلاء يمكن أن تكون مُضرَّة بالصحَّة.

لنستكشِف

- **يعمل عمـر مع والده بأعمال النجارة. اختر الطُّرق التي قد تساعد عمر ووالده على تفادي المخاطر عند العمل في النجارة:**

- الدق بالشاكوش بالقرب من اليد. (   )
- ارتداء نظَّارات واقية للعين عند العمل. (   )
- استخدام المثقب بالقرب من الماء. (   )
- تغيير ريشة المثقب بدون توصيلها بالكهرباء. (   )

لنراجِع

١- وضِّح أهمِّية استخدام النظَّارات الواقية للعينين، ووسائل التهوية عند العمل بالحِرَف.

٢- كيف يمكن تجنُّب الإصابات التي تحدث أثناء القيام بأعمال النجارة والطلاء؟

٣- لماذا قد يتجاهل بعض العُمَّال احتياطات السلامة؟ وكيف يمكن حثُّهم على اتِّباع هذه الاحتياطات؟

نتعلَّم من خلال التطبيق

- اتَّبِع قواعد السلامة في مكان العمل، وقُمْ بصنع صندوق صغير يمكن استخدامه لوضع الأقلام فيه، ثم قم بطلائه:

الخطوة (١)

- راجِع احتياطات السلامة التي يجب أن تتخذها قبل البدء بمشروعك وأثناء العمل.

الخطوة (٢)

- خَطِّط لشكل الصندوق الذي تريد صنعه. اصنع نموذجًا لمساعدتك في وضع علامات على الخشب قبل تقطيعه.
- تحتاج مثلًا إلى لوحين جانبيَّيْن ولوح للجهة الأمامية والخلفية، ولوح للقاعدة. ولكن يمكنك جعل صندوقك أطول أو أعرض أو أقصر إذا كنت ترغب في ذلك.

٦٠ سم — الجهة الأمامية — ٣٠ سم — جانب ١

٦٠ سم — الجهة الخلفية — ٣٠ سم — جانب ٢

٦٠ سم — القاعدة

الخطوة (٣)

- اقطع الأجزاء الخاصَّة بك بعد أخذ المقاسات.
- اجمع أجزاء صندوقك، مع مراعاة إرشادات السلامة الخاصة عند استخدام الشاكوش.

الخطوة (٤)

- قُم بصنفرة صندوقك حتَّى يصبح ناعمًا.

الخطوة (٥)

- قُم بطلاء صندوقك بالألوان أو اللون الذي تختاره وبالشكل الذي تريده.

الخطوة (٦)

- اعرض مشروعك النهائي على زملائك في الفصل، ووضِّح الهدف الذي ستستخدم صندوقك من أجله.

مُجاب عنها بنهاية الكتاب

اختبر نفسك على الموضوع الثامن

① ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✘) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- يمكن استخدام الأدوات الكهربائية بالقرب من الماء. ( )

٢- لا بُدَّ من فتح النوافذ أثناء القيام بعملية الطلاء. ( )

٣- عند استخدام الشاكوش يجب أن نحرص على عدم إيذاء أيدينا. ( )

٤- يُمكننا تغيير ريشة المثقب أثناء توصيله بالكهرباء. ( )

٥- أثناء ثقب قطعة من الخشب يمكن استخدام المسامير لتثبيتها على الطاولة. ( )

② اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- يجب ارتداء نظَّارات واقية عند الطلاء لتجنُّب .... المتناثرة.

أ بقايا الطعام　ب نشارة الخشب　ج السوائل والألوان　د بقايا الحديد

٢- عند حمل الآلات الحادة الثقيلة أثناء العمل يمكن الاستعانة بـ ....

أ طفل صغير　ب شخص بالغ　ج مُسنّ　د مراهق

٣- الإجراء الصحيح عند استخدام مزيل الطلاء أو الغراء هو ....

أ غلق الغرفة　ب ارتداء الأحذية　ج العمل بسرعة　د فتح النوافذ للتهوية

٤- يجب استخدام النظَّارات الواقية عند القيام بـ ....

أ شُرْب الماء　ب عمل العصائر　ج أعمال النجارة　د طهي الطعام

③ أكمل العبارات الآتية ممَّا بين القوسين:

(الشفرات - الأبخرة - النظَّارات الواقية - خوذات)

١- يجب ارتداء .... لحماية الأعين عند التعامل مع الخشب.

٢- يجب إبقاء اليدين بعيدًا عن .... عند استخدام الآلات الحادة.

٣- يُنصح بفتح النوافذ واستخدام مروحة أثناء الطلاء للتهوية وتجنُّب .... الضارَّة.

④ فكِّر ثُمَّ أجب عمَّا يأتي:

١- لماذا يجب ارتداء نظَّارات السلامة عند العمل في النجارة أو الطلاء؟

....

٢- ما الذي يجب التأكُّد منه قبل تغيير ريشة المثقب؟

....



الموضوع التاسع الإسعافات الأوَّليَّة وحالات الطوارئ



أهداف الموضوع في نهاية هذا الموضوع يكون التلميذ قادرًا على أن:

- يشرح الخطوات اللازمة لتقديم الإسعافات الأوَّليَّة.
- يمارس مهامَّ الإسعافات الأوَّليَّة عند إصابة أحد ما.
- يبحث عن الكتب المتعلِّقة بالصحَّة والسلامة في المكتبة، ويناقش ما فيها من معلومات.



لنتفاعَلَ معًا



- **ماذا ستفعل إذا تعرَّض صديقك لإصابةٍ أثناء وجودكما معًا؟**

بِمَ ستشعر؟

ما الذي يمكنك فعله لتبقى هادئًا؟



لنتعلَّم

- **المساعدة في حالات الطوارئ الصحِّية.**

الخطوات الأساسية اللازمة لتقديم الإسعافات الأوَّليَّة

١- تقييم الوضع

- التحقُّق من نوع الإصابة التي أصيب بها الشخص. بمعنى هل هو في وعيه ويستجيب؟ هل يتنفس؟ هل ينزف؟ هل حالته تسمح بتقديم المساعدة له؟



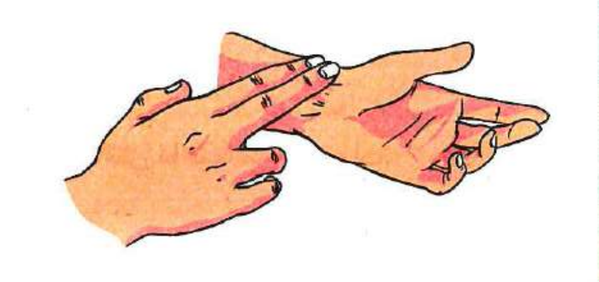
٢- التخطيط للتدخُّل

- يجب الاتصال بالرقم ١٢٣ لاستدعاء سيارة الإسعاف في حالة خطورة الإصابة.
- يجب التفكير في طريقة المساعدة حتى يصل المسعفون.



٣- تقدير الوضع

- إعادة فحص الشخص. هل يحتاج إلى المزيد من الإجراءات والتدابير.



٤- تقديم الإسعافات الأوّليّة

- استخدام حقيبة الإسعافات الأوّليَّة في علاج الإصابات والجروح الطفيفة.



وضعية الإفاقة

- **إذا وجدت شخصًا فاقدًا للوعي لكنه يتنفس، اتّبع هذه الخطوات لوضعه في وضعية الإفاقة لأنها ستساعده على التنفُّس حتى وصول المسعفين.**

١ ضع ذراعه التي هي أقرب إليك على شكل زاوية قائمة.





٢ اثنِ الركبة والذراع البعيدتين عنك، وضع يده الأخرى على خدِّه المعاكس.

٣ استخدم الركبة البعيدة عنك لتدوير المصاب في اتجاهك مع دعم رأسه باستخدام يدك الأخرى، فالركبة المثنية تمنع الجسم من التدحرج.



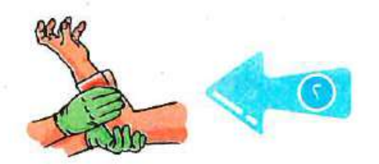
٤ قُم بإمالة الرأس بلطف قليلًا إلى الخلف، وارفع الذقن لفتح مجرى الهواء، واستمرَّ في جس نبضه وتنفُّسه حتَّى وصول المساعدة.



- الخطوات التي يجب اتّباعها لوقف نزيف حدث عند إصابة شخص ما:



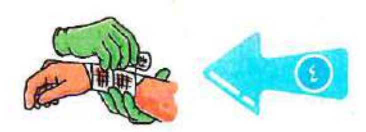
اضغط بقوّة على الجرح بقطعة قماش نظيفة.



ارفع الطرف المجروح إلى أعلى.



نظّف الجرح.



ضمّد الجرح.




- اكتب قائمة بأهم الأسئلة التي لديك عن الإسعافات الأوّليّة:

....

....

لنراجِع

١- وضّح الحالة التي يجب فيها وضع الشخص المصاب في وضعية الإفاقة.

٢- ما الضرورة من تقديم الإسعافات الأوّليّة بالرغم من استدعاء سيارة الإسعاف؟

٣- ما الطريقة الأفضل لتعلُّم كيفية تقديم الإسعافات الأوّليّة؟

نتعلَّم من خلال التطبيق

- بعد أن تعرَّفت على الإسعافات الأوّليّة التي يجب تقديمها عند إصابة شخص ما. قم بالاستفادة ممَّا تعلَّمته لتنفيذ هذه الإسعافات في المواقف الآتية:

١- إصابة شخص بنزيف عند وقوعه على الأرض. ....

٢- فقد شخص وعيه عند إصابته ولكنه يتنفس. ....

٣- إصابة شخص بجروح طفيفة. ....

مُجاب عنها بنهاية الكتاب

اختبر نفسك على الموضوع التاسع

١ ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✘) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- تقدير الوضع هو الخطوة الأولى لتقديم الإسعافات الأوَّليَّة للشخص المصاب. ( )

٢- يجب مساعدة الشخص المصاب مهما كانت خطورة إصابته دون انتظار سيارة الإسعاف. ( )

٣- تُستخدَم حقيبة الإسعافات الأوَّليَّة لعلاج الجروح البسيطة. ( )

٤- وضعية الإفاقة مناسبة للأشخاص المصابة بنزيف. ( )

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- يجب التأكُّد من أن المصاب .... قبل وضعه في وضعية الإفاقة.

أ يتنفس   ب لا يتنفس   ج يتحرك   د مستيقظ

٢- أوَّل إجراء يجب اتِّخاذه عند الوصول لموقع الحادث هو ....

أ الاتصال بالإسعاف مباشرة   ب تقييم الوضع

ج معالجة المصاب فورًا   د طلب المساعدة من المارة

٣ رتِّبْ خطوات إيقاف نزيف جرح ما:

أ   ب   ج   د

٤ فكِّر ثُمَّ أجب عمَّا يأتي:

١- لماذا يُنصح بوضع المصاب في وضعية الإفاقة إذا كان فاقدًا للوعي؟

....

٢- متى يجب استخدام حقيبة الإسعافات الأوليَّة؟

....



د. محمد أحمد غُنيم

مَن هـو؟

- عالِم مصري وُلِد في ١٧مارس ١٩٣٩م، كان متفوقًا في دراسته.
- تخرَّج في كلية الطبِّ من جامعة القاهرة عام ١٩٦٠م.
- تخصَّص في جراحة المسالك البولية (هي فرع من فروع الطب يختص بدراسة الجهاز البولي).
- تدرَّب في مستشفيات جامعة القاهرة.
- درس وعمل في المملكة المتحدة والولايات المتحدة وكندا.
- عمل عند عودته إلى مصر كأستاذ في جراحة المسالك البولية في جامعة المنصورة.
- عمل أستاذًا زائرًا في العديد من الجامعات حول العالم.

أهم إنجـازاته:

- **أسَّس مركز أمراض الكُلَى والمسالك البولية (UNC) بجامعة المنصورة عام ١٩٨٣م، وهو:**
  - يُعتبَر أول مركز في الشرق الأوسط لعلاج أمراض الكُلَى.
  - تعاون المركز مع منظَّمة الصحَّة العالمية وقدَّم خدمات طبِّية وجراحيَّة مجانية لآلاف المرضى.
  - قدَّم المركز التعليم والتدريب العلمي للممرِّضين والأطباء على الصعيد المحلِّي والعالمي.
  - تم إجراء الآلاف من عمليات زراعة الكُلَى في المركز.
- أجرى بحوثًا متقدمة في العلوم الجراحية، وقدَّم فيها العديد من الأساليب الجراحية الحديثة.
- قام بنشر العديد من الكُتب والمقالات العلمية على الصعيد المحلِّي والعالمي.
- قام بإجراء أوَّل عملية لزراعة الكُلَى في مصر عام ١٩٧٦م.
- قام مؤخرًا بإجـراء بحوث علمية متقدمة على زراعة الخلايا الجذعية (هي نوع من الخلايا التي تُنشئ جميع أنواع الخلايا الأخرى، مثل خلايا الكبد أو الكُلَى).
- عضو في العديد من الجمعيات الطبِّية، مثل الجمعية الفرنسية لجراحة المسالك البولية وجمعية جراحة الأورام بأمريكا.

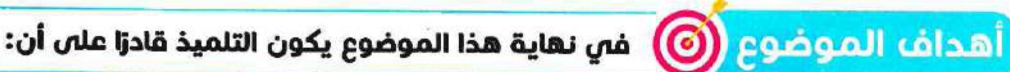
الجوائز التي حصل عليها:

- تم منحه درجة الدكتوراه الشرفية في الطبِّ من جامعة جوتنبرج في السويد.
- جائزة الدولة التقديرية في العلوم الطبِّية في مصر عام ١٩٩٧م.
- جائزة ميدالية سان بول من الجمعية البريطانية للمسالك البولية عام ١٩٩٢م.
- جائزة الملك فيصل العالمية عام ١٩٩٩م.
- جائزة مبارك في مجال الطبِّ عام ٢٠٠١م.



الموضوع الحادي عشر

المستكشف النشط



- يوضِّح أهمِّيَّة توفير الغذاء على المستوى المحلِّي.
- يحدد أهمِّيَّة فحص الأغذية وسلامة الغذاء.
- يكتب خطَّة لإنشاء مطعم للأطعمة الصحِّية.



لنتفاعَلْ معًا

- **ما الطعام الذي تحبُّ تناوله؟ هل هو جيد لصحَّة جسمك؟**



- **السيِّدة لويز إيمانويل مابولو.**
  - طاهية ومزارعة ورائدة أعمال.
  - تستضيف فعاليَّات طهي تقدم طعامًا صحيًّا ولذيذًا.
  - تهدف لتثقيف الناس عن الطهي باستخدام مكوِّنات طازجة ومغذية وطبيعية.
  - تؤمن بأهمية المكونات المحلِّية لضمان الجودة ودعم الاقتصاد المحلِّي.

• مشروع الكاكاو في الفلبين

- **قامت السيِّدة لويز إيمانويل مابولو بتأسيس هذا المشروع بهدف:**
  - مساعدة المزارعين على أن يشعروا بالأمان من الناحية المالية.
  - ضمان وجود غذاء كافٍ للسكان في المستقبل.

• إنجازات المشروع

- تدريب المزارعين على كيفية زراعة نباتات يمكنها تحمُّل التغيُّرات المناخية والكوارث الطبيعية.
- تزويد المزارعين بشتلات الكاكاو.
- التشجيع على زراعة البامية واليقطين للحفاظ على خصوبة التربة.
- مساعدة ٢٠٠ مزارع في زراعة ٨٠,٠٠٠ شجرة.

• تكريم السيدة لويز إيمانويل مابولو

- حصلت بسبب مشروع الكاكاو على جائزة «أبطال الأرض الشباب» في إطار برنامج الأمم المتحدة للبيئة.
- مُنِحَت لقب «أفضل مزارع شابّ» لعام ٢٠١٨م.

• نمط الحياة الصحّي يشمل

• أولًا: الطعام الصحّي:

- يُعتبَر الطعام الصحّي أمرًا مهمًّا جدًّا لصحّة الإنسان، لذلك يجب اتّباع نظام غذائي صحّي لوقاية الجسم من العديد من الأمراض، وتوفير الطاقة التي يحتاج إليها الجسم.

- **أثر مكوّنات النظام الغذائي على صحّة الإنسان:**

- تناوُل كمّية غير كافية من العناصر الغذائية يؤدّي إلى سوء التغذية، في حين أن زيادة تناول الطعام تؤدّي إلى زيادة الوزن والسمنة.

- يجب أن يكون النظام الغذائي الصحّي متوازنًا في استهلاك الملح والسُّكّر والدهون؛ حيث يؤدّي الإفراط في هذه العناصر إلى مشكلات صحّية خطيرة.
  - **السكّر:** كثرة تناوله يزيد من فرص الإصابة بمرض السكّري.
  - **الملح:** زيادة تناوله تزيد من احتمالية الإصابة بارتفاع ضغط الدم وأمراض القلب والسكتة الدماغية.
  - **الدهون:** كثرة استخدام المواد الدهنية، مثل الزبد والسمن يمكن أن يؤدّي إلى الإصابة بأمراض القلب والسكتة الدماغية.

• ثانيًا: النشاط البدني (ممارسة الرياضة):

- يجب على الأطفال ممارسة الرياضة لمدة ساعة واحدة يوميًّا بينما يحتاج البالغون إلى نصف ساعة يوميًّا.

دور مصر في تحقيق المزيد من الاكتفاء الذاتي وضمان الأمن الغذائي



- تعمل مصر على زيادة مساحة الأراضي المزروعة لتحقيق الاكتفاء الذاتي وذلك لأهمية الزراعة ومساعدتها على حفظ الأمن الغذائي للسكان، والاقتصاد أيضًا؛ حيث إنه يُخفّض ما تحتاج مصر إلى استيراده.
- استيراد المواد الغذائية يزيد من استخدام الوقود الأحفوري وغازات الاحتباس الحراري.



• **تنضج الفاكهة والخضراوات في أوقات أو مواسم مختلفة خلال العام، مثل: البرتقال يُزرع في الموسم الشتوي:**

١- أهمّيّة استهلاك البرتقال في موسمه هي: ....

٢- تتسبّب زيادة مساحة الأراضي المزروعة بالبرتقال في: ....

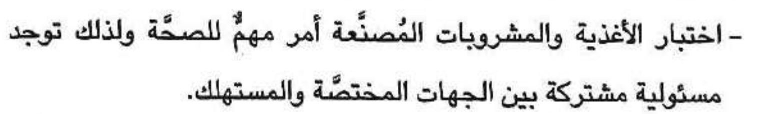
لنراجِع

١- ما أهمّية الحصول على الطعام من المصادر المَحلّية؟

٢- حدد الأماكن التي يستطيع الأفراد في مجتمعك شراء طعام طازج من المزارعين المَحلّيين.

نتعلّم من خلال التطبيق

• سلامة الأغذية المصنعة وطرق اختبارها



- اختبار الأغذية والمشروبات المُصنّعة أمر مهمٌ للصحّة ولذلك توجد مسئولية مشتركة بين الجهات المختصّة والمستهلك.

• أولاً: الدور الرقابي:

- تقوم الهيئة القومية لسلامة الغذاء بإجراء الفحوصات اللّازمة على الأغذية والمشروبات المُصنّعة لضمان سلامتها.
- تحليل محتويات المنتجات في المختبرات المختصّة، للتأكُّد من خلوها من المواد الضارّة، مثل البكتيريا، وللتعرُّف على نسبة المواد الحافظة المُستخدَمة.
- تُنظّم عملية تصنيع الأغذية والمشروبات وفقًا لقوانين ومعايير محددة، تتضمّن عمليات تفتيش يتم إجراؤها بشكل دائم.

• ثانيًا: دور المستهلك:

١- يجب على المستهلك فحص المنتجات المُصنّعة عن طريق الاختبـار الأساسي وهـو استخدام الحواس الأساسية (البصر، التذوُّق، الشم، اللمس).

٢- قراءة ملصق المنتج تضمن اختيارًا صحّيًّا وآمنًا يمكّنه من:

- معرفة مكوّنات المنتَج والعناصر الغذائية الموجودة به.
- التحقُّق من تواريخ الإنتاج والانتهاء للتأكُّد من أن المُنتَج لا يزال آمنًا للاستهلاك.
- اتّباع إرشادات التخزين قبل وبعد فتح العبوة.

• يوجد داخل المطبخ العديد من المُنتَجات المصنوعة في المصنع، قم باختيار منتجَين ثم املأ الجدول:

اسم المُنتَج	ما شكله وطعمه ورائحته؟	ما الفيتامينات والأملاح المعدنية الموجودة فيه؟	ما تاريخ إنتاجه وتاريخ انتهاء صلاحيته؟	هل هناك تعليمات خاصة بتخزينه؟
....	....	....	....	....
....	....	....	....	....

مُجاب عنها بنهاية الكتاب

اختبر نفسك على الموضوع الحادي عشر

١ ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✘) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- تناوُل القليل من العناصر الغذائية يتسبَّب في سوء التغذية. ( )

٢- تحرص السيِّدة لويز إيمانويل مابولو على استخدام مصادر مَحلِّية عند طهي الطعام. ( )

٣- يتطلَّب نمط الحياة الصحِّي ممارسة الرياضة وتناوُل الطعام الصحِّي. ( )

٤- يجب استخدام مكوّنات مُعلَّبة عند تحضير الطعام. ( )

٥- تشجع السيِّدة لويز إيمانويل مابولو المزارعين على زراعة البامية للحفاظ على خصوبة التربة. ( )

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- يجب استخدام .... للحصول على طعام صحِّي ولذيذ.

أ مكوّنات طازجة   ب الكثير من الملح   ج الكثير من الدهون   د الكثير من السكَّر

٢- يجب ممارسة .... للحصول على نمط غذائي صحِّي.

أ الرياضة   ب الكتابة   ج القراءة   د ركوب السيارات

٣- الإفراط في تناول الطعام يتسبَّب في ....

أ تقليل الوزن   ب زيادة الوزن   ج النحافة   د الصحَّة الجيدة

٤- تشجع السيِّدة لويز إيمانويل مابولو المجتمع على استخدام مصادر محلِّية عند ....

أ إنتاج الخشب   ب صناعة البلاستيك   ج طهي الطعام   د صناعة الورق

٣ أكمل العبارات الآتية ممَّا بين القوسين:

(القلب - ضغط الدم - الأمراض - الكاكاو - طازجة)

١- تهدف لويز إيمانويل مابولو إلى تثقيف الناس حول الطهي باستخدام مكوّنات ....

٢- أسَّست لويز إيمانويل مابولو مشروعًا في الفلبين يهدف إلى دعم المزارعين ويُعرف بمشروع ....

٣- يُعتبر الطعام الصحِّي مهمًّا لوقاية الجسم من ....

٤- كثرة تناوُل الملح يمكن أن يؤدِّي إلى الإصابة بارتفاع ....

٤ فكِّر ثمَّ أجب عمَّا يأتي:

١- ما أهداف مشروع الكاكاو الذي أسَّسته لويز إيمانويل مابولو؟

....

٢- ما أهمية تقليل استيراد المواد الغذائية في تحقيق الأمن الغذائي بمصر؟

....

أسئلة الكتاب المدرسي
على المحور الثالث

مُجاب عنها بنهاية الكتاب

١ اقرأ وأجب:

١- اذكر ثلاثة أطعمة غنية بالبروتينات يمكن أن يتناولها النباتيون الصِّرْف.

٢- لماذا يُعدُّ تناوُل الوجبات السريعة طوال الوقت ليس أمرًا جيدًا؟

٣- كيف يمكن لموظَّفي مَقصِف المدرسة عرض الطعام بطريقة ملفته للنظر؟

٤- ما الفرق بين الشراب الطبيعي والشراب الصناعي؟

٥- كيف يتجنَّب عُمَّال المصنع تلوُّث الشراب خلال معالجته؟

٦- ما العناصر الغذائية النافعة التي يحتويها اللبن؟

٧- ما الطُّرق التي تُستخدَم لحفظ الطعام بشكل صحِّي وسليم؟

٨- ما الحوادث التي يمكن أن تحدث أثناء ممارسة أعمال النجارة؟

٩- ما الخطوات الأساسية الأربع للإسعافات الأوَّليَّة؟ ولماذا هي مهمَّة؟

٢ اكتب:

- اذكر خمسة أمور يمكن أن تقوم بها لتبقى سالمًا وبصحَّة جيِّدة في حياتك اليومية. وضِّح كيف يمكن لكلِّ عمل أن يُبقيك سالمًا وبصحَّة جيِّدة؟

٣ فكِّر ثُمَّ أجِب:

١- بعد المدرسة، كانت فريدة جائعة وكان لديها بعض الدجاج المقلي، سلطة خضار طازجة وقطع من الجبن، زجاجة كبيرة من عصير الفاكهة الصناعي. أيٌّ من الخيارات المذكورة هو الأكثر صحَّة لفريدة؟ برِّر إجابتك.

٢- أثناء قيامك بالطَّهو مع أحد أقاربك، تعرَّض لحادث أدَّى إلى جرح أحد أصابعه بسكين حادّ عن طريق الخطأ. ماذا تفعل عندها؟

٤ راجِع وأجِب:

١- تخيَّل أنَّك ستطلق حملة توعية لمساعدة الناس على حماية صحَّتهم. فكِّر في مسألة التغذية والصحَّة أو السلامة. كيف يمكنك تثقيف الناس حول ذلك؟

٢- تخيَّل أنَّك بائع طعام أو شراب، ما الخطوات التي يمكن أن تتَّخذها لتجعل الطعام أكثر صحَّة، ولافتًا، وآمنًا أكثر؟

٣- فكِّر في مهنة قد ترغب في ممارستها. ما أنواع المخاطر والحوادث وحالات الطوارئ التي قد يتعرَّض لها الموظَّفون في هذه المهنة؟ وما خطوات السلامة التي يمكن أن تتَّخذها؟

٥ كيف نستطيع أن نحيا حياة صحِّية وسليمة؟

تدريبات سلاح التلميذ المتنوِّعة على المحور الثالث

مُجاب عنها بنهاية الكتاب

أولًا ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✗) أمام العبارة غير الصحيحة:

١ – تحتوي الوجبات السريعة على نسبة عالية من الفيتامينات والمعادن. ( )

٢ – يجب فتح النوافذ أثناء الطلاء للحفاظ على السلامة. ( )

٣ – الوجبات السريعة تُعتبَر غير صحِّية. ( )

٤ – المكسرات من البدائل النباتية التي تحتوي على البروتين الحيواني. ( )

٥ – يضاف السُّكَّر والماء للعصير قبل التسخين. ( )

٦ – يظهر تأثير الإفراط في تناول البروتينات الحيوانية على المدى الطويل. ( )

٧ – مصر من أكبر الدول المنتجة للبن الجاموسي. ( )

٨ – يُعتبَر حمض الأسكوربيك من المواد الحافظة المُستخدَمة لحفظ الطعام. ( )

٩ – الإفراط في تناوُل السُّكَّر يُسبِّب أمراض القلب. ( )

١٠– يجب أن يحتوي الطعام المغذي على البروتين الحيواني فقط. ( )

١١– يُفضَّل تناوُل الأطعمة المقلية لأنها تحتوي على دهون صحِّية. ( )

١٢– يجب تخزين الطعام بعيدًا عن الرطوبة والحرارة المرتفعة. ( )

١٣– أجرى د. محمد أحمد غُنيم أوَّل عملية زراعة كُلَى في مصر. ( )

١٤– التجميد والتعليب من طُرق حفظ الطعام في المصنع والمنزل. ( )

١٥– يتم إرسال مفتشين للمصنع للتأكُّد من صحَّة تاريخ الصلاحية. ( )

١٦– يُستخدَم الملح والسكَّر في تخليل الخضراوات وحفظها. ( )

١٧– تحتاج عملية تجفيف الطعام إلى نسبة رطوبة عالية. ( )

١٨– غسل الخضراوات ضروري قبل عملية التجفيف. ( )

١٩– ارتداء نظَّارات السلامة أمر ضروري عند القيام بعملية الطلاء. ( )

٢٠– يمكن معرفة جودة اللبن من خلال الطعم والرائحة وتاريخ الصلاحية. ( )

٢١– عليك الانتباه جيدًا عند استخدام الأدوات الكهربائية، مثل المثقب. ( )

٢٢– يمكن تقديم الإسعافات الأوَّليَّة دون تقييم وضع الشخص المصاب. ( )

٢٣– الضغط على جرح شخص مصاب بقطعة قماش يساعد على وقف النزيف. ( )

٢٤– لاتِّباع نمط حياة صحِّي يجب على البالغين والأطفال ممارسة الرياضة يوميًّا. ( )

ثانيًا اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١ - يجب الاتصال برقم .... لاستدعاء سيارة الإسعاف.

أ ١٢٣ ب ١٢٢ ج ١٢٩ د ١٨٠

٢ - الوجبات .... تحتوي على نسبة عالية من الأملاح والدهون.

أ الصِّحِّية ب السريعة ج المفيدة د الجيدة

٣ - البدائل النباتية تحتوي على نسبة بروتين .... من المنتجات الحيوانية.

أ أعلى ب متساوية ج أقل د ضخمة

٤ - الوجبات السريعة تحتوي على نسبة كبيرة من ....

أ الطعام الصِّحِّي ب الفيتامينات ج المعادن د السعرات الحرارية

٥ - أثناء خلط السكَّر بالشراب الطبيعي لا بُدَّ أن يكون الشراب ساخنًا حتى لا ....

أ يفصل ب يتبخر ج يغلي د يتجمد

٦ - يساعد التفكير .... على عرض السلع بطريقة جذَّابة.

أ الفلسفي ب العاطفي ج الإبداعي د العلمي

٧ - استيراد المواد الغذائية يزيد من استخدام ....

أ الآلات الزراعية ب مياه الري ج السماد د الوقود الأحفوري

٨ - يُستخدَم حمض الكبريتيك لحفظ الطعام في ....

أ المنازل ب المصانع ج المدارس د المطاعم

٩ - وجود رواسب دهنية عند غلي اللبن، يدل على أن اللبن ....

أ جيد ب فاسد ج تم غشه د مبستر

١٠- عملية التجفيف تقوم بإزالة .... من الأطعمة.

أ الرطوبة ب البذور ج القشور د الجذور

١١- قام الدكتور .... بتأسيس أول مركز في الشرق الأوسط لعلاج أمراض الكُلَى.

أ مجدي يعقوب ب فاروق الباز ج محمد أحمد غُنيم د أحمد زويل

١٢- أثناء القيام بأعمال النجارة يجب طلب المساعدة من شخص آخر عند استخدام ....

أ الشاكوش ب مفك البراغي ج ورق الصنفرة د الأدوات الثقيلة

١٣- الإكثار من .... يُسبِّب ارتفاع ضغط الدم.

أ السُّكَّر ب التوابل ج الملح د الماء

١٤- يتضمَّن .... المُنتَج معلومات خاصَّة بالمُنتَج مثل مكوّناته.

أ ملصق ب إعلان ج محتوى د نوع

١٥- مهمَّة الهيئة القومية لسلامة الغذاء تشمل .... الغذاء.

أ بيع ب شراء ج اختبار د إلقاء

ثالثًا أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

١ - النباتيون المتوازنون لا يأكلون ....

٢ - السعرات الحرارية هي مقياس .... الذي يمدنا به الغذاء.

٣ - يجب ترتيب .... بطريقة مرتَّبة ومنظَّمة لجعل الطعام يبدو شهيًّا.

٤ - لضمان سلامة الوجبات يجب الحفاظ عليها في .... مناسبة.

٥ - الشراب الصناعي مذاقه .... جدًّا وله نكهة الفاكهة.

٦ - تتم إضافة .... للشراب لإطالة فترة صلاحيته.

٧ - إذا كانت الرواسب .... فهذا يعني أن نوعية اللبن جيدة.

٨ - وجود .... ورائحة حادة في السائل داخل العلبة يدل على أن المُنتَج غير صحِّي.

٩ - عند تقطيع الخشب أو ثقبه، تُستخدم .... لتثبيت الأشياء على الطاولة.

١٠- في وضعية الإفاقة، يتم إمالة الرأس للخلف ورفع .... لفتح مجرى الهواء.

١١- قام د. محمد أحمد غُنيم بإجراء بحوث على زراعة ....

١٢-يجب على المستهلك فحص المنتجات المُصنَّعة عن طريق الاختبار الأساسي وهو استخدام ....

رابعًا أجب عن الأسئلة الآتية:

١ - كيف يمكن اختيار وجبات صحِّية كبديل للوجبات السريعة؟

٢ - ما أهمِّية البروتين النباتي في النظام الغذائي؟

٣ - لماذا يجب الحرص على معرفة مصدر اللبن قبل شرائه؟

٤ - ما الفوائد الصحِّية التي توفرها الفواكه والخضراوات؟

٥ - ما الهدف من اتِّباع نظام غذائي صحِّي؟

٦ - كيف يساعد تناوُل المكسرات في تحسين الصحَّة؟

٧ - ما الغرض من ترتيب الرفوف بطريقة منظَّمة؟

٨ - لماذا يجب أن يكون الشراب ساخنًا عند خلطه بالسُّكَّر؟

٩ - لماذا يجب تشغيل مروحة الفرن أو فتح بابه أثناء التجفيف؟

١٠- ما الخلايا الجذعية التي أجرى عليها د. محمد أحمد غُنيم بحوثًا متقدمة؟

١١- لماذا يجب التحقُّق من تاريخ صلاحية المنتجات قبل شرائها؟

١٢- ما أهمِّية ارتداء نظَّارات السلامة عند نشر الأخشاب؟

١٣- كيف يمكن تجنُّب الحوادث أثناء استخدام الآلات في المصانع؟

١٤- ما أهمِّية وضعية الإفاقة في الإسعافات الأوَّلية؟



اختبارات سلاح التلميذ على المحور الثالث

مُجاب عنها بنهاية الكتاب

الاختبار الأول

١ ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✘) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- يجب الحرص على وضع اليد بعيدًا عن الحواف الحادَّة عند تقطيع الخشب. ( )

٢- الأطعمة المقلية تحتوي على سُعرات حرارية أقل من الأطعمة غير المقلية. ( )

٣- يمكن تخزين الأطعمة النيئة والمطهية معًا في نفس المكان. ( )

٤- تساعد اللحوم على عملية الهضم. ( )

٥- يجب تقديم الإسعافات الأوَّلية بعد تقييم وضع الشخص المصاب. ( )

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- وجود رواسب مُتجبِّنة بعد غلي اللبن يدلُّ على أن اللبن ....

أ طازج ب غير طازج ج تالف د ممتاز

٢- د. محمد أحمد غُنيم كان متفوقًا في الدراسة وتخرَّج في كلية ....

أ الطبِّ ب الهندسة ج العلوم د الآداب

٣- مرحلة .... الزجاجات هي المرحلة الأخيرة في عملية صُنع الشراب.

أ تعقيم ب تعبئة ج كسر د تسخين

٤- الوجبات السريعة تحتوي على نسبة كبيرة من ....

أ الطعام الصحِّي ب الفيتامينات ج المعادن د السعرات الحرارية

٥- الشراب .... مصنوع من عصير الفاكهة ولا يحتوي على أجزاء منها.

أ الطبيعي الطازج ب الصناعي ج السيئ د الطبيعي المُعلَّب

٣ أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

١- يتم إزالة .... عند تجفيف الطعام.

٢- يجب التأكُّد من تاريخ .... قبل شراء أي منتج.

٣- تسعى مصر لزيادة المساحات المزروعة لتحقيق .... الذاتي من الغذاء.

٤- يجب تدريب العُمَّال على كيفية استخدام .... بشكل صحيح لتجنُّب الحوادث.

٤ أجب عمَّا يأتي:

- ما أهمِّية المواد الحافظة في الشراب؟

....

الاختبار الثاني

① ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✘) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- تُرسل الفاكهة عَبْر سيور متحركة من خلال الآلات التي تهرس الفاكهة. (   )

٢- الركبة المثنية في وضعية الإفاقة تمنع الجسم من التدحرج. (   )

٣- النظام الغذائي الغني بالدهون والمواد الحافظة يضرُّ بالصحَّة. (   )

٤- يمكن مد السلك الكهربائي عَبْر الممرَّات طالما كان جيد العزل. (   )

٥- يدخل اللبن في صناعة الزبادي. (   )

② اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- تنمو .... في الطعام عند حدوث خطأ في حفظه.

أ الطيور ب القطط ج البكتيريا د الأعشاب

٢- العُمَّال في المصنع يرتدون .... لحماية المُنتَجات من التلوُّث.

أ الساعات الرقمية ب النظَّارات الشمسية ج الأحذية الرياضية د غطاء الرأس

٣- يُفضَّل تناوُل .... الخضراء لتخفيف التوتر.

أ الخضراوات الورقية ب المشروبات الغازية ج الأطعمة المقلية د الحلويات

٤- عند إضافة قطرات من صبغة اليود يتحوَّل اللبن المغشوش إلى اللون ....

أ الأزرق ب الأحمر ج الأصفر د الأبيض

٥- يجب على عُمَّال المَقصِف عرض .... في المَقصِف.

أ اللوحات الفنِّية ب الإعلانات ج شهادات الصحَّة د القوائم

③ أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

١- تَخصَّص د. محمد أحمد غُنيم في جراحة ....

٢- تساهم الخضراوات .... في تنظيم الهضم بشكل كبير.

٣- ارتفاع ضغط الدم يحدث عند الإفراط في تناوُل ....

٤- قبل تقديم المساعدة يجب التحقُّق من نوع .... التي أصيب بها الشخص.

④ أجب عمَّا يأتي:

- ما المكوِّنات الأساسية المُستخدَمة في تحضير المخللات السريعة؟

....

الاختبار الثالث

١ ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✘) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- الإعلانات تُظهِر الأشخاص مبتهجين عند تناول الوجبات السريعة. ( )

٢- عمل د. محمد أحمد غُنيم كأستاذ في جراحة المسالك البولية بجامعة المنصورة. ( )

٣- أسَّست السيِّدة لويز إيمانويل مابولو مشروع الكاكاو بهدف مساعدة المزارعين. ( )

٤- لا حاجة لمراقبة نبض المصاب حتى وصول المسعفين. ( )

٥- يفضَّل أن يتم تجفيف الطعام في الأيام الممطرة. ( )

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- تُعتبَر .... غنية بمصادر الأكسدة.

أ اللحوم — ب المكسرات — ج الدواجن — د الألبان

٢- يكون المُنتَج الغذائي غير صحِّي إذا كان السائل الموجود في العلبة له ....

أ رائحة زكية — ب لون زاهي — ج رائحة حادَّة — د طعم جميل

٣- الشراب .... لا يحتوي على عصير الفاكهة.

أ الطبيعي الطازج — ب الصناعي — ج السيئ — د الطبيعي المُعلَّب

٤- الأطعمة غير المعبَّأة يتم .... داخل أوعية حفظ مخصَّصة.

أ رميها — ب تخزينها — ج تسخينها — د تبريدها

٥- يقوم العاملون في المصنع بارتداء غطاء الرأس لحماية المنتجات من ....

أ التبخُّر — ب الغليان — ج التلوُّث — د التخمُّر

٣ أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

١- يجب أن يحتوي النظام الغذائي المتوازن على نسبة كبيرة من الخضراوات و................ .

٢- تُعتبَر .... مقياس الطاقة الذي يمدنا بها الغذاء.

٣- الأبخرة المتصاعدة من الطلاء تكون .... للصحَّة.

٤- يحتوي اللبن على .... التي تساعد على النمو.

٤ أجب عمَّا يأتي:

- ما مخاطر تناوُل الأطعمة المقلية؟

....

المحور الرابع

الرؤية الفنّية للعالَم



سنسلّط الضوء في هذا المحور على:

- عناصر التصميم الجيّد للحديقة.
- مبادئ التصميم المُستخدَمة في العلامات التجارية وطُرق عرض السلع.
- التصميم والعناصر التقنية خلف الإنتاج المسرحي الجيّد.
- فنّ التطريز وأهمّيّته في توصيل الأفكار.
- الخطوات اللازمة لتصميم ألبوم لشرح خطوات عمل بعض غُرَز التطريز.



الموضوع الأوَّل
تصميم وتنسيق حديقة



أهداف الموضوع

في نهاية هذا الموضوع يكون التلميذ قادرًا على أن:

- يناقش المفاهيم الأساسية ذات الصلة بتصميم الحدائق.
- يشرح كيفية اتِّخاذ الخيارات المناسبة عند تصميم حديقة.
- يصمم نموذجًا مجسَّمًا لقسم من حديقة في مكان عامٍّ في مدرسته.



لنتفاعَلْ معًا

- **ما عناصر التصميم التي تجعل من الحديقة مكانًا جميلًا وباعثًا على الراحة والاسترخاء؟**



لنتعلَّمْ

- **أساسيات تصميم الحديقة الجميلة.**

- يجب اختيار الطراز المناسب ونوع النباتات والأشجار المناسب لمناخ المنطقة التي ستوجد فيها الحديقة مع مرحلة المساحات المختلفة.

- **أهمية الحدائق:**

- تمنح الأشخاص فرصة للاسترخاء والابتعاد عن ضغوط الحياة.
- توِّفر هواءً نقيًّا وتُحسِّن من جودة البيئة.
- تُعزِّز الصحَّة النفسية وتمنح الشعور بالسعادة والراحة.

تصميم الحديقة

• اختيار الطراز المناسب

- **يجب أن يتماشى تصميم الحديقة مع المباني والبيئة المحيطة سواء كانت عامَّة أو خاصَّة، ولهذا يجب معرفة الغرض منها، هل هي حديقة:**

- للاسترخاء.
- لإنتاج الطعام.
- للاستمتاع بمظهر النباتات.

• اختيار النباتات والأشجار يتم بناءً على

نوع التربة

تأكَّد من أن النباتات تتوافق مع نوع التربة في المنطقة.

المناخ

اختر النباتات التي تتناسب مع المناخ في المنطقة التي توجد فيها الحديقة.

أشعة الشمس

اختر المناطق التي تصل إليها الشمس بصورة جيدة.

حجم النباتات

يجب مراعاة حجم النباتات عندما تنمو(طولها وعرضها)، وتجنُّب زراعة أشجار طويلة جدًّا بجانب المباني الصغيرة أو نباتات صغيرة بجانب الجدران الطويلة.

ألوان النباتات

- **يتم تنسيق الألوان لتحتوي على ١-٣ ألوان رئيسية لإضفاء مظهر متناسق، مثل:**

١- الألوان الباردة: تعطي شعورًا بالاسترخاء والهدوء، مثل الأزرق والأخضر.

٢- الألوان الدافئة: تضيف نشاطًا وحيويـة للحديقـة، مثل الأحمر والبرتقالي.

• عناصر الحدائق

- **الممرّات:** تساعد على التجوُّل وتنظيم الحركة.
- **النافورة:** تصدر أصواتًا تبعث على الاسترخاء والهدوء.
- **النباتات والزهور:** تجعل الحديقة جميلة.
- **المقاعد والبرجولات:** أماكن للجلوس والاسترخاء والاستمتاع بمناظر النباتات المختلفة.



صورة توضِّح عناصر الحديقة

لنستكشف

• **يجب تنسيق الحديقة بزراعة مستدامة لتقليل الأثر البيئي، اختر أساليب بستنة مستدامة مناسبة:**

١- ريُّ نباتات الحديقة بطريقة الرشّ. ( )

٢- زراعة نباتات تستهلك الكثير من المياه. ( )

٣- استخدام المبيدات العضوية لتسميد الحديقة. ( )



لنراجع

١- ما الغرض من تصميم الحدائق العامَّة والخاصَّة؟

٢- لماذا يُعدُّ من المفيد استخدام عناصر بنائية في الحديقة؟ وما الذي يمكن أن تضيفه؟

٣- ما الذي يجب علينا مراعاته عند اختيار النباتات والأشجار والشجيرات لحديقة ما؟

نتعلَّم من خلال التطبيق

- بعد أن تعلَّمت كيفية تصميم الحدائق:

- يمكنك المشاركة في مسابقة دراسية لتصميم قسم صغير من حديقة في مكان عامّ أو في مدرستك مع مجموعة من زملائك.

- يمكنك عرض نموذج مُجسَّم لحديقتك لإظهار مدى فهمك لمبادئ تصميم الحدائق.

- ستساعدك الإجابة عن الأسئلة الآتية على تصميم الحديقة بشكل جيد:

١- أين يمكن أن تكون هذه الحديقة؟ وما المباني والعناصر التي يجب أن تكون موجودة بالفعل؟

....

....

....

٢- مَن سيزور هذه الحديقة؟ ولماذا؟ فكِّر في الأشخاص الذين سيتولّون أعمال الصيانة فيها.

....

....

....

٣- ما أفضل العناصر البنائية المناسبة لحديقة مدرستك التي تمَّ تصميمها؟ فكِّر في الحجم والشكل المناسِبَين لكل عنصر. أين ستُوضع هذه العناصر؟ وما الغرض الذي ستؤدّيه؟ اربط خياراتك بأسباب زيارة الناس للحديقة.

....

....

....

٤- ما أنواع النباتات، والأشجار، والشجيرات التي يجب زراعتها في هذا القسم من الحديقة؟ ما الذي عليك أخذه في الاعتبار قبل اختيار الأنواع التي سيتمُّ زراعتها وأماكن زراعتها؟ كيف ستنسّق النباتات للتأكُّد من عرضها بالشكل الأمثل، وسهولة العناية بها؟ كيف يمكنك الحفاظ على حديقتك مستديمة الخضرة؟

....

....

....

مُجاب عنها بنهاية الكتاب

اختبر نفسك على الموضوع الأوَّل

(١) ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✗) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- لون النبات البرتقالي يبعث على الاسترخاء. ( )

٢- ليس من الضروري معرفة نوع التربة لزراعة نباتات الحديقة. ( )

٣- نشعر بالهدوء والسعادة عند الذهاب إلى الحدائق. ( )

٤- تُعتبَر البرجولات والمقاعد من عناصر الحديقة الجميلة. ( )

٥- معرفة حجم النباتات في الحديقة قبل زراعتها أمر غير ضروري. ( )

(٢) اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- أحد عناصر الحديقة التي تصدر أصواتًا تبعث على الاسترخاء والهدوء ....

أ الممرَّات   ب البرجولات   ج النافورات   د المقاعد

٢- عند زراعة النباتات في الحديقة يجب معرفة .... المنطقة.

أ شكل   ب مناخ   ج طراز   د لون

٣- تؤثر كمية الشمس أو الرياح التي تصل للحديقة على اختيار ....

أ البرجولات   ب المقاعد   ج النباتات   د الممرَّات

٤- لا يُفضَّل زراعة أشجار طويلة بالقرب من ....

أ مبنى عالٍ   ب جدار طويل   ج منشأة مرتفعة   د مبنى قصير

(٣) أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

١- عند اختيار طراز الحدائق، يجب مراعاة التناسب مع .... والبيئة المحيطة.

٢- يتم اختيار أنواع النباتات في الحديقة بناءً على .... الموجودة بها الحديقة.

٣- الألوان الباردة، مثل الأزرق والأخضر تبعث على ....

٤- يذهب الناس إلى الحدائق بهدف استنشاق ....

(٤) فكِّر ثُمَّ أجب عمَّا يأتي:

١- ما العوامل التي يجب مراعاتها عند اختيار النباتات؟

....

٢- ما الأسباب الرئيسية التي تدفع الأشخاص لزيارة الحدائق؟

....



تصميم العلامات التجارية وطُرق عرض السلع



أهداف الموضوع

في نهاية هذا الموضوع يكون التلميذ قادرًا على أن:

- يتحدَّث عن مبادئ التصميم المُستخدَمة في العلامات التجارية.
- يُحلِّل العلامات التجارية ويتعلَّم كيفية تصميم علامة تجارية قوية تترك أثرًا لدى العملاء.
- يُصمِّم أشكالًا بسيطة لطُرق عرض السلع.

لنتفاعَل معًا

- **ما العلامات التجارية التي يمكنك التعرُّف عليها من خلال شعاراتها؟ لماذا تعتقد أنَّ بعض العلامات التجارية بارزة أكثر من غيرها؟**



- **تطوير هويَّة العلامات التجارية.**

تصميم العلامة التجارية

- لتطوير هويَّة تجارية قويَّة، يجب اتِّباع بعض المبادئ الأساسية.



بسيطًا

يستخدم رسالة واحدة، واضحة قليلة الألوان.

بارزًا

يجب أن يكون فريداً ولا مثيل له، ولا يُنسَى.

قابلاً لإعادة تصميمه واستنساخه

يسهل فيه معالجة الصور لأي حجم وأي لون أو بالأبيض والأسود، ويمكن استنساخه بسهولة.

ملائمًا

يجب أن يتماشى مع اختيارات العملاء وتفضيلاتهم.



سلاح التلميذ

العلامة التجارية

- هويَّة العلامة التجارية هي الطريقة التي يرى بها العالَم شركتك.
- تلعب دورًا حيويًّا في تحديد ماهية شركتك وما تقدِّمه من منتجات أو خدمات لا تقدِّمها الشركات الأخرى؛ لذلك من الضروري أن تجيب العلامة التجارية عن الأسئلة الآتية:

١- ما طبيعة الشركة؟

٢- ما الذي تقدِّمه الشركة ولا تقدِّمه الشركات الأخرى؟

٣- مَن هم العملاء المستهدفون؟

- **مثال: هويَّة العلامة التجارية لسلاح التلميذ توضِّح الآتي عن الشركة:**

١- شركة تعليمية.

٢- تُقدِّم محتوى تعليميًّا مميزًا للطلاب والطالبات.

٣- تساعد الطلاب والطالبات على التفوُّق والنجاح.

تأثير التصميم والتسويق البصري في تنظيم وعرض المُنتجات

١- اللون والطباعة والأسلوب في العلامة التجارية

- يساعد اللون والطباعة والأسلوب على تصوُّر العلامة التجارية مع مراعاة التفكير في ما يناسب العملاء المستهدفين.

- مثال (١):

- الألوان الحيوية ذات طابع غير رسمي.



- الألوان الهادئة ذات الطابع الرسمي.

روايات
مصرية
للجيب

- مثال (٢):

- تحديد لون واحد أو لونين متكاملين أي البساطة في الألوان لإحداث توازن وإيصال الرسالة المراد توصيلها للعملاء.





٢ـ التسويق البصري وطُرق عرض السلع



- تؤثِّر طريقة عرض منتجات المتاجر (السلع) في كيفية رؤية العملاء للعلامة التجارية وتحفيزهم على شرائها؛ حيث:

- يساعد التسويق البصري (استخدام الإضاءة والألوان والعلامات) على لفت انتباه العملاء لشراء المُنتَج.

-يساعد أسلوب الهرم المُستخدَم في عرض بعض المُنتَجات في ترويج السلع.

أسلوب الهرم

أسلوب مُستخدَم في ترويج السلع؛ حيث يتمُّ وضع العنصر الأكبر في المنتصف والعناصر الصغرى حوله لتشكيل شكل هرمي.



لنستكشِف

- اختر علامة تجارية تعرفها جيدًا، ثم أجب عن الآتي:

١- ما العناصر التي تم استخدامها في تصميم هذه العلامة التجارية؟

....

٢- ما الرسائل التي تنقلها تصميمات هذه العلامة التجارية؟

....

٣- في رأيك، ما الجمهور المستهدف لهذه العلامة التجارية؟

....

لنراجِع

١- لماذا تُعتبَر البساطة عنصرًا مهمًّا في تصميم العلامة التجارية؟

٢- بِمَ تُشعِرك بعض الألوان عند النظر إلى تصميمات العلامات التجارية؟ وهل تعتقد أنَّ هذا الشعور هو ما أرادت الشركة أن تجعلك تشعر به؟

٣- ما الطُّرق التي تستخدمها المتاجر في عرض سلعها ومنتجاتها؟



نتعلَّم من خلال التطبيق

- فكِّر في أحد المتاجر التي زرتها والتي تبيع العديد من المُنتَجات المختلفة، ثم أجب عن الأسئلة الآتية:

١- كيف يعرض هذا المتجر المُنتَجات لزيادة المبيعات؟

٢- ما المُنتَجات التي ستعرضها من كلّ فئة؟ كيف ستختار المُنتَجات التي تتناسب معها بشكل أفضل؟

- **أفكار مختلفة لتحسين عرض المَنتَجات:**

- **يوجد العديد من أساليب التصميم والتسويق البصري للترويج للعلامات التجارية، وأن إيجاد أفضل طريقة لعرض المُنتَجات يشجِّع العملاء على الشراء.**

التصميم الهرمي أو (الأسطواني) يُبرز المنتجات على مستوى رؤية العملاء؛ حيث يتم وضع العناصر الأكثر أهمِّية في المنتصف لجذب الانتباه.





الإضاءة تُضفي أجواء وتُبرز المُنتَجات.



نقاط البيع الترويجية كأكشاك الفواكه تجذب العملاء.



كتلة اللون تجذب انتباه العميل إلى علامة تجارية معيَّنة على رفّ ما.



اللافتات توجِّه الرسائل المتعلِّقة بهوية العلامات التجارية.

مُجاب عنها بنهاية الكتاب

اختبر نفسك على الموضوع الثاني

١ ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✘) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- هُويَّة العلامة التجارية تُعبِّر عن الطريقة التي يرى بها العالَم الشركة. ( )

٢- لا يلزم أن تكون العلامة التجارية ملائمة للمُنتَج. ( )

٣- تساعد الإضاءة على لفت انتباه العملاء وتشجيعهم على الشراء. ( )

٤- يُفضَّل استخدام العديد من الألوان عند تصميم العلامة التجارية لجذب العملاء. ( )

٥- يجب أن تحمل العلامة التجارية رسالة واضحة يفهمها العملاء بمختلف فئاتهم. ( )

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- أحد مبادئ التصميم الجيِّد للعلامة التجارية أن يكون ....

أ معقدًا　　ب بسيطًا　　ج غير واضح　　د سهل النسيان

٢- يُعدُّ أسلوب الهرم هو الأكثر استخدامًا في .... السلع.

أ ترويج　　ب حفظ　　ج صناعة　　د تخزين

٣- تقوم .... بجذب انتباه العميل إلى علامة تجارية معيَّنة على أحد الرفوف.

أ الإضاءة　　ب اللافتات　　ج كتلة اللون　　د المعروضات الهرمية

٤- يجب أن تكون العلامة التجارية ....

أ غائرة　　ب محفورة　　ج مستوية　　د بارزة

٣ أكمل العبارات الآتية ممَّا بين القوسين:

(العلامة التجارية – بسيطة – البصري – السمعي – الهادئة)

١- يُعتبَر اختيار الألوان .... من العوامل التي تُحدد وتُبرز الطابع الرسمي للعلامة التجارية.

٢- التسويق .... طريقة لعرض السلع تساعد على لفت انتباه العملاء.

٣- يجب أن توضِّح .... هويَّة العملاء المستفادين من المُنتَج.

٤- يجب أن تكون العلامة التجارية .... لإيصال الرسالة دون تشتيت العملاء.

٤ فكِّر ثُمَّ أجب عمَّا يأتي:

١- كيف يمكن للتسويق البصري أن يؤثر على قرار الشراء للعميل؟

....

٢- كيف تساعد هويَّة العلامة التجارية العملاء في فهم طبيعة الشركة؟

....



الموضوع الثالث: عناصر العرض المسرحي



في نهاية هذا الموضوع يكون التلميذ قادرًا على أن:

- يتحدَّث عن العناصر التقنية للمسرح.
- يصف كيف تساعد العناصر التقنية للمسرح في تقديم تجربة أفضل للجمهور.
- يختار أحد العناصر التقنية لعرض مسرحي ويصمِّمه؛ عرض موسيقي، ديكور، تصميم أزياء، إضاءة، أو أحد العناصر التجارية، مثل برنامج أو إعلانات.

لنتفاعَلْ معًا

- **ما أنواع المناسبات أو المسرحيات أو العروض التي حضَّرتها في مدرستك؟ ما أكثر شيء استمتعت به؟ ما الذي استمتع به زملاؤك في الفصل؟**



- **وراء الكواليس.**



- **يحب البعض الذهاب إلى المسرح لاهتمامهم به والتعُّرف على مهنة المسرح والأساليب المسرحية والعناصر التقنية للإنتاج المسرحي.**

- يحتاج العمل المسرحي لمجموعة من العناصر التقنية لإنتاجه بشكل جيد، مثل:

الإضاءة	الديكور	الصوت والموسيقى	تصميم الأزياء

العناصر التقنية للمسرح

الإضاءة

- **تتعدد طُرق استخدام الإضاءة المسرحية؛ حيث يمكن التحكُّم فيها من خلال:**

- ضبط الزوايا المختلفة للضوء. - اختيار الألوان المناسبة. - تحديد مستوى السطوع.

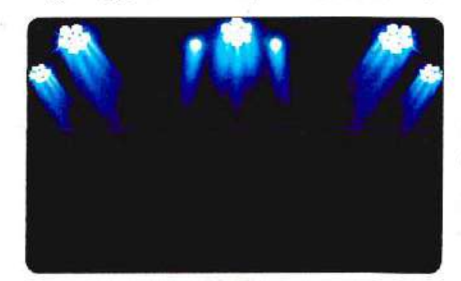
- **أهمّية الإضاءة:**

- تساعد على توفير جَوٍّ متوازن.
- تشير إلى وقت معيَّن من اليوم أو حتى مكان ما.
- يمكن تسليط الضوء للتركيز على شخصية أو نشاط أو عنصر معيَّن على المسرح.

- **تأثيرات الإضاءة:**

- **مثال:**

١- الضوء الأزرق يولِّد تأثيرًا هادئًا أو ليليًّا على المسرح.



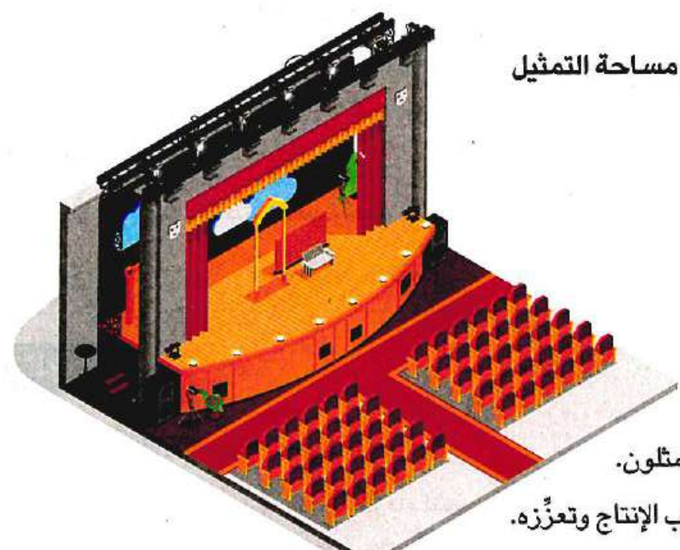
٢- الإضاءة المنخفضة تعطي شعورًا بالغموض.



الديكور

- **يشمل الديكور كل العناصر الموجودة في مساحة التمثيل وحولها ، وتشمل:**

١- الأثاث المُستخدَم.
٢- الإكسسوارات المختلفة.
٣- المناظر الخلفية.
٤- المنصَّات المرتفعة.
٥- تصميم شكل المساحة المسرحية.
٦- المداخل والمخارج التي يستخدمها الممثلون.



- يجب أن تتلاءم جميع هذه العناصر مع أسلوب الإنتاج وتعزِّزه.

الصوت والموسيقى

- تستخدم بعض العــروض الكثير مــن المؤثِّرات الصوتية أو الموسيقى في إنتاجها.
- يتمُّ اختيار الأصوات والموسيقى بعناية لتعزيز العمل الفنِّي.
- الصوت، مثل الإضاءة يمكن أن يصنع حالة مزاجية معيَّنة أو جوًّا معيَّنًا.



- **المؤثرات الصوتية:**

- يساعد صوت زقزقة العصافير مثلًا على الشعور بأنك موجود في إحدى الحدائق.

- **الموسيقى:**

- تُستخدَم لإحداث التوتر.

تصميم الأزياء



- **يستخدم الممثلون بعض العناصر التي يمكن أن يكون لها تأثير بصري كبير على المشاهدين، مثل:**

١- الملابس. ٢- الشَّعر المستعار.
٣- الإكسسوارات. ٤- مستحضرات التجميل.

- **أهمِّية الأزياء:**

- وصف نوع معيَّن من الشخصيات.
- الإشارة إلى الفترة التاريخية التي حدث فيها ذلك العمل المسرحي.

لنستكشِف

- **جميع ما يلي من عناصر المسرحية الناجحة ما عدا:**

- الديكور. - منصَّات مرتفعة. - المناظر. - منصَّات منخفضة.

لنراجِع

١- ما أهم عنصر في المسرح الحديث؟ ولماذا؟

٢- ما التفاصيل التي يمكن أن تقدِّمها الأزياء لتحسين الأداء؟

٣- ما الذي تحتاج إلى أخذه في الاعتبار عند الإعداد لتقديم مسرحية أوعرض؟

نتعلَّم من خلال التطبيق

- بعد التعرُّف على العمل المسرحي والعناصر التي يجب أن تتوافر لعمله بشكل جيد. قم بتنفيذ عمل مسرحي، يمكنك الاستعانة ببعض خطوات العمل المسرحي الآتية لعمل مسرحيتك.

خطوات العمل المسرحي

خطـوة (١)	عنوان المسرحية: أليس في بلاد العجائب.
خطـوة (٢)	عناصر المسرحية، مثل تصميم الأزياء؛ وذلك لأن له تأثيرًا بصريًّا كبيرًا على المشاهدين ويصف الشخصية بدقة.
خطـوة (٣)	تحسين العرض المسرحي، مثل تحسين الإضاءة لتتناسب مع العمل المسرحي.

مسرحيتك

خطـوة (١)	....
خطـوة (٢)	....
خطـوة (٣)	....

مُجاب عنها بنهاية الكتاب

اختبر نفسك على الموضوع الثالث

① ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✘) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- الإضاءة القوية على المسرح تعطي إحساسًا بالغموض. ( )

٢- يشمل الديكور الأثاث والإكسسوارات والمناظر المُستخدَمة في المسرح. ( )

٣- لوصف نوع معيَّن من الشخصيات يجب التركيز على الديكور. ( )

٤- تُصمَّم أزياء المسرح للإشارة إلى الفترة التاريخية الخاصَّة بالعمل المسرحي. ( )

٥- يجب أن تتناسب عناصر المسرح مع أسلوب الإنتاج وتُعزِّزه. ( )

② اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- الأزياء تشمل ....

أ الإضاءة ب الصوت ج الموسيقى د الشَّعر المستعار

٢- الإضاءة المنخفضة على المسرح تعطي شعورًا بـ ....

أ القوة ب العنف ج الغموض د التوتُّر

٣- يُعتبَر .... من عناصر العرض المسرحي.

أ الصوت ب الحركة ج الظلام د الكتابة

٤- يشمل .... كل العناصر الموجودة في مساحة التمثيل وحولها.

أ الصوت ب الديكور ج تصميم الأزياء د الإضاءة

٥- الضوء الأزرق في المسرح له تأثير ....

أ هادئ ب مزعج ج نهاري د غير واضح

③ أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

١- أحد عناصر ديكور المسرح .... المرتفعة.

٢- يمكن أن يكون لعناصر تصميم الأزياء تأثير ....

٣- ساعدت الأزياء على وصف نوع معيَّن من ....

٤- تُستخدَم الموسيقى لإحداث .... في بعض العروض المسرحية.

④ فكِّر ثُمَّ أجب عمَّا يأتي:

١- اذكر مثالاً لاستخدام المؤثرات الصوتية في المسرح.

....

٢- ما العلاقة بين الصوت والإضاءة في المسرح؟

....



الموضوع الرابع

فنّ التطريز



أهداف الموضوع

في نهاية هذا الموضوع يكون التلميذ قادرًا على أن:

- يتحدَّث عن فنّ التطريز والهدف منه للتزيين وتوصيل الأفكار.
- يحدِّد ويصف كيفية صُنع بعض الغُرَز المُستخدَمة في التطريز.
- يبحث عَبْر الإنترنت عن تصميم لعمل قطعة مميَّزة باستخدام غُرَز التطريز البسيطة.



لنتفاعَلْ معًا

- **ما المقصود بفنّ التطريز؟ وما الهدف منه؟**

لنتعلَّم

- **حِرفة قديمة.**

- الحِرَف القديمة هي حِرَف تقليدية معتمدة على اليد واستخدام الأدوات البسيطة، مثل حرفة التطريز.



فن التطريز

- يُعرَف فنُّ التطريز بفنِّ الرسم بالإبرة على القُماش باستخدام الخيوط المتنوِّعة؛ حيث يتم استخدام الغُرَز لرسم التصميمات المختلفة على القماش ويمكننا أيضًا المزج بين أنـواع الغُرَز المختلفة لرسم تصميم مميَّز.

أهميته

١- يُستخدَم لتزيين المنسوجات لأغراض زخرفية.

٢- يُستخدَم لتزيين القماش باستخدام أدوات بسيطة، مثل الإبرة والخيط وبعض المواد الأخرى، مثل اللؤلؤ والتُّرتر.

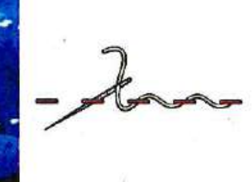
٣- يُستخدَم لإيصال أفكار معيَّنة من خلال التصميمات المختلفة على القماش.

٤- يُعدُّ جزءًا من تراثنا وثقافتنا، فمعظم التصميمات المُطرَّزة المصرية مستوحاة من حياتنا اليومية وقيمنا ورموزنا القديمة، ويتم توريثه إلى الأجيال القادمة.

أنـــواع الغُـــرَز

١ـ غُـرزة السراجـة





١- تُعتبَر من غُرَز الخياطة الرئيسية البسيطة.

٢- تكون على شكل خطوط متقطعة متساوية أو غير متساوية.



استخداماتها

١- تُستخدَم في تزيين الملابس والمفارش.

٢- تُستخدَم في خياطة قطع القماش مع بعضها البعض وإصلاح الملابس.

٢ـ غُـرزة الفـرع

١- تُعتبَر من الغُرَز الأكثر شيوعًا.

٢- تكون على شكل خط رفيع.

استخداماتها:

- تُستخدَم لتحديد الأشكال المطرَّزة، مثل الأزهار؛ حيث إنها الغُرزة المثالية لتحديد فراغ وحدة زخرفية تمهيدًا لحشوها (الانتهاء من تطريزها).

لنستكشِف

- **تريد جَنى أن تزيِّن الفستان الذي تُصمِّمه عن طريق تطريزه بالأزهار. أجب عن الأسئلة لمساعدتها:**

١- ما نوع الغُرزة المناسبة للتطريز؟ ....

٢- ما الأدوات التي تحتاجها للقيام بالتطريز؟ ....

لنراجِع

١- لماذا توجد أنواع مختلفة من الغُرَز المُستخدَمة في التطريز؟

٢- هل من المهمِّ أن نحافظ على أمثلة تتعلَّق بتراثنا الثقافي، مثل تصميمات وأساليب التطريز المحلِّية؟ ولماذا؟

نتعلَّم من خلال التطبيق

- **بعد إتقان غُرَز التطريز الأساسية، صمِّم ألبوم صور يوضِّح خطوات إعداد تصميمات تطريز بسيطة:**

الخطوة (١)

- اكتب قائمة بالغُرَز المستخدمة والخامات وإرشادات السلامة.

- مثال:

- **الغُرَز:** غُرزة السراجة وغُرزة الفرع.
- **الخامات:** قطعة من القماش - ألوان مختلفة من الخيوط - إبرة - مقص.

- إرشادات السلامة:

١- عدم وضع الإبر في الفم.

٢- عدم إلقاء الإبر أو المقص على الأرض.

٣- الحذر عند استخدام المقص وعدم تركه مفتوحًا.

٤- عدم وضع الإبر في الفم.



الخطوة (٢)

- اكتب ترتيب خطوات عمل كل غُرزة سوف تستخدمها.

الخطوة (٣)

- إرشادات يمكن اتِّباعها لإبراز الغُرَز في التصميم:

١- المزج بين أكثر من نوع من الغُرَز في التصميم الواحد.

٢- استخدام ألوان مختلفة في كل غُرزة لجعل الغُرزة تظهر بشكل مميَّز.

الخطوة (٤)

- اكتب بعض الأفكار المناسبة لابتكار أسلوب ألبومك الخاصّ.

الخطوة (٥)

- ضع صور المُنتَج النهائي في نهاية الألبوم:

- أمثلة لتصميمات مختلفة:







مُجاب عنها بنهاية الكتاب

اختبر نفسك على الموضوع الرابع

١ ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✘) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- يوجد نوع واحد فقط من الغُرَز يُستخدَم في تطريز الملابس. ( )

٢- يمكن استخدام غُرزة السراجة لتزيين الملابس. ( )

٣- لا يُعتبَر التطريز مهمًّا للحفاظ على التراث. ( )

٤- يمكن التعبير عن الأفكار المختلفة باستخدام التطريز. ( )

٥- غُرزة الفرع تكون على شكل خطوط متقطعة متساوية أو غير متساوية. ( )

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- حِرفة التطريز من الحِرَف ....

أ المتطورة ب الحديثة ج القديمة د المعاصرة

٢-غُرزة السراجة تكون على هيئة خطوط .... متساوية.

أ متقطعة ب رأسية ج أفقية د منحنية

٣- يمكن استخدام .... لتزيين الملابس.

أ الصلصال ب الغُرَز ج المكعبات د الحديد

٤- نستخدم غُرزة .... لخياطة قطع القماش مع بعضها.

أ الجذر ب الساق ج السراجة د الفرع

٣ أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

١- يُعرَف فنُّ التطريز بفنِّ الرسم بـ........................ .

٢- نستخدم التطريز لتزيين القماش لأغراض ....

٣- إذا أردت تحديد الأشكال المُطرَّزة، فعليك استخدام غُرزة ....

٤- تُستخدَم بعض الأدوات البسيطة في تزيين القماش، مثل الإبرة و........................ .

٤ فكِّر ثُمَّ أجب عمَّا يأتي:

١- ما المقصود بفنِّ التطريز؟

....

٢- ما الأدوات المُستخدَمة في فنِّ التطريز؟

....

٣- ما الغُرزة الأكثر شيوعًا في التطريز؟

....

نجيب محفوظ



مَن هـو؟

- مؤلِّف وروائي وأديب عالمي، يُعدُّ من أهم الأدباء العرب خلال القرن العشرين.
- كان مؤمنًا بأهمِّيَّة القراءة، ومن أهم مقولاته:
«لن نتطوَّر حتَّى نقبل أن القراءة ضرورة حياتية».
- كان شغوفًا بقراءة أعمال الكُتَّاب المصريين والعالميين، مثل: عباس العقاد، ويليام شكسبير، وجوزيف كونراد في عمر مُبكِّر جدًّا.
- بدأ الكتابة في سنِّ السابعة عشر أثناء المرحلة الثانوية.

حياته ووفاته:

- وُلد في حي الجمالية بالقاهرة في ١١ ديسمبر ١٩١١م، وتوفي في ٣٠ أغسطس ٢٠٠٦م.
- تخرَّج في كلية الآداب قسم الفلسفة بجامعة فؤاد الأول (جامعة القاهرة حاليًا).

أعمالـه:

- اهتمَّ بتصوير أفكار ومشاعر المصريين وتجسيد روح المجتمع المصري.
- اشتهر على نطاق العالم العربي بعد نشر أعماله، فكان من الأدباء البارزين في هذا الوقت.
- قام بكتابة العديد من القصص القصيرة والروايات؛ حيث قام بكتابة مائة قصة قصيرة وثلاثين رواية.
- تُعدُّ رواية «حكمة خوفو» أولى رواياته والتي تدور أحداثها في مصر القديمة، كما تُعدُّ «أفراح القبة» من أشهر رواياته؛ حيث صوَّر بها أفكار ومشاعر المصريين المعاصرين.
- لقت أعماله اهتمامًا كبيرًا من قِبَل شركات إنتاج الأفلام، لبراعته في تصوير الحياة الواقعية للمجتمع.
- تم اقتباس أكثر من ثلاثين قصة قصيرة من أعماله لتصبح أفلامًا.

الجوائز التي حصل عليها:

- جائزة الدولة التقديرية في الآداب عام ١٩٦٨م.
- جائزة نوبل في الآداب عام ١٩٨٨م، وبذلك أصبح أول كاتب عربي يحصل على جائزة نوبل للآداب؛ حيث تم وصف أعماله بأنها «فنٌّ روائي عربي ينطبق على جميع البشر».
- جائزة قلادة النيل العُظمَى عام ١٩٨٨م.
- مُنح الدكتوراه الشرفية من الجامعة الأمريكية في القاهرة عام ١٩٩٥م.
- تم تأسيس جائزة باسمه لتكريم الأعمال الأدبية العربية المتميِّزة في عام ١٩٩٦م.



المستكشف النشط





في نهاية هذا الموضوع يكون التلميذ قادرًا على أن:

- يشرح أهمِّية العلامة التجارية للمؤسَّسة.
- يوضِّح كيف يمكن لاستيعاب الأخلاق الحميدة والتراث الإنساني المحلِّي يساعد المؤسَّسات على النجاح.
- يبتكر قطعة فنِّية من خلال إعادة تدوير القمامة.




- **هل تستمتع بابتكار وصناعة الفنون والحِرَف اليدوية؟ ما الفنون والحِرَف اليدوية التي ترغب في تعلُّمها؟ كيف يمكن أن يساعد الفنُّ على حماية الحيوانات البرِّية؟**



- الدكتور توتيلو مودومبا.

- رائد أعمال، ومعلِّم، ومرشد.
- عالِم أحياء حاصل على جوائز في مجال الحفاظ على الحياة البرِّية.
- حاصل على درجة الدكتوراه في الثروة السمكية والحياة البرِّية من جامعة ولاية ميشيجان.
- يدرس حاليًا في أوغندا مواد وبرامج متخصِّصة في الحفاظ على الحياة البرِّية.
- يهدف إلى تزويد الطلاب بالمعرفة والمهارات لحماية الحيوانات البرِّية وتعزيز الجهود البيئية.
- خبير في الأنواع المهدَّدة بالانقراض، خاصةً الأسد الإفريقي.

أبحاثه وأعماله

- نشر العديد من الأبحاث حول التهديدات التي تواجه الأسد الإفريقي.
- شارك في إنتاج أفلام وثائقية تسلِّط الضوء على هذه التهديدات لزيادة الوعي العامّ.
- أسَّس منظَّمة «Snares to Wares».

• منظمة «Snares to Wares»

- منظَّمة غير هادفة للربح أسَّسها لمكافحة المصائد والفخاخ السلكية غير القانونية.
- شعار المنظَّمة يمثِّل أسدًا محاطًا بسلك، يعكس رسالة الحملة البيئية بوضوح.
- اسم المنظَّمة جذَّاب ومتناغم ولافت باللغة الإنجليزية ممَّا يساعد الناس على تذكُّره بسهولة.

• أهداف المنظمة



- إزالة المصائد والفخاخ السلكية من المنتزه الوطني بالتعاون مع حُرَّاس الحديقة.
- تحويل المصائد إلى منحوتات ومُجسَّمـات فنِّية تُمثِّل حيوانات، مثل: الأُسُود، والزرافات، والفيلة.
- تصبح هذه المصائد فيما بعد منتجات يتم بيعها.

أفكار مصرية مشابهة في إعادة التدوير

- إعادة تدوير الخردة التي كان من الممكن إلقاؤها في أماكن تجميع النفايات لتحويلها إلى سجاد، أكياس، إكسسوارات.
- استفاد بعض الفنَّانين من العلامة التجارية المصرية الراسخة: المصريون القدماء، واستخدموا الخردة المعدنية لصُنع منحوتات وتماثيل فنِّية، مثل التمثال النصفي للملكة نفرتيتي.

معلومة

يُعدُّ الفنَّانون المصريون والدكتور مودومبا منقذين لكوكب الأرض من أجل خدمة الأجيال القادمة.

لنستكشِف

• تساعد العلامة التجارية على نجاح منظَّمة مودومبا من خلال:

- إيصال رسالتها البيئية. ( )	- الحفاظ على البيئة. ( )
- الحفاظ على النباتات. ( )	- حماية الإنسان. ( )

لنراجِع

١- ما الطُّرق التي يمكن أن تستخدم بها منظَّمة «Snares to Wares» المصائد السلكية؟ وما الحِرَف الأخرى التي يمكنهم تصميمها وبإمكانها أن تمثل علامتهم التجارية؟

٢- حدِّدْ أحد المُنتَجات التي تستخدمها. كيف تساعد علامته التجارية على نجاحه؟

نتعلَّم من خلال التطبيق

- **تُعتبَر المبادئ الأخلاقية التي تتبعهـا منظَّمة الدكتور مودومبا هي أحد أسباب نجاحها، وذلك بسبب:**

الأخذ في الاعتبار التراث الإنساني للمجتمع المحلّي المحيط بالمنطقة.

تقليل النزاعات والصراعات بين البشر والحياة البرِّية.

وجود القوانين واللوائح التي تمنع الصيد غير القانوني ولكن يوجد العديد من الدول الإفريقية التي يتم فيها صيد الحيوانات البرِّية بشكل غير قانوني.

الدكتور مودومبا وجد طريقة سلمية لإقناع المجتمع باتِّباع القوانين واللوائح من خلال إشراك أفراد المجتمع في المشروع وتحقيق الكسب المادي منه. نتيجة لذلك بدأ أفراد المجتمع في ربط بقاء الحياة البرِّية ببقائهم على قيد الحياة.

- **بعد قراءتك للمعلومات السابقة. أجب عن الآتي:**

١- لماذا يُعدُّ اعتماد العمل على الأخلاق الحميدة والتراث الإنساني أمرًا مهمًّا؟

....

....

....

٢- ما مدى أهمِّية أن يتعاون أفراد المجتمع جميعًا لتحقيق هدف ما؟

....

....

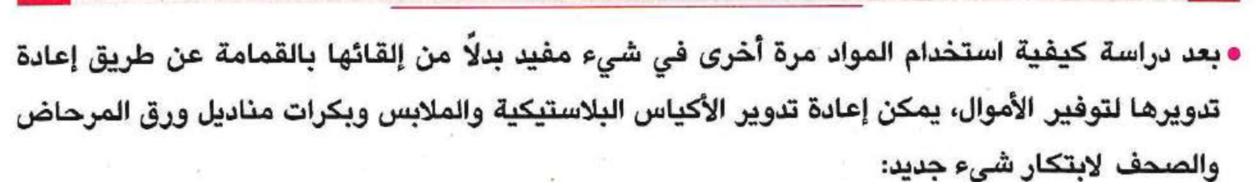
....

٣- تُقدِّم منظَّمة «Snares to Wares» طُرقًا مختلفة للمساعدة على جمع المصائد والفخاخ وتحويلها إلى منحوتات وتماثيل وتسويقها وبيعها. ما المهامّ التي يمكنك أن تؤديها داخل هذه المنظَّمة؟ ولماذا؟

....

....

....



• بعد دراسة كيفية استخدام المواد مرة أخرى في شيء مفيد بدلًا من إلقائها بالقمامة عن طريق إعادة تدويرها لتوفير الأموال، يمكن إعادة تدوير الأكياس البلاستيكية والملابس وبكرات مناديل ورق المرحاض والصحف لابتكار شيء جديد:

• **مثال: إعادة تدوير الملابس**

المواد المُستخدَمة

خيط – إبرة – ماكينة خياطة – مقص – الملابس المستعملة.

مشاركة العمل

يمكن الاستعانة بوالدتك أو زملائك.

كيف تُسوِّق لعملك الفنِّي

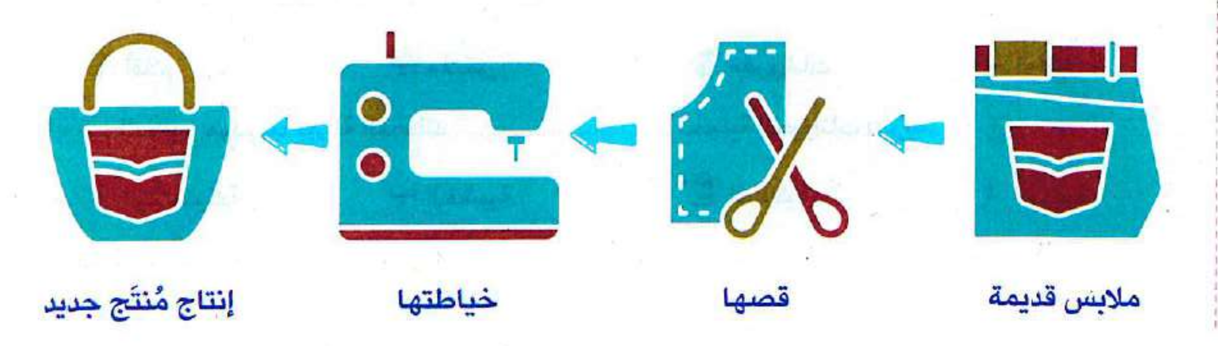
يمكن فعل ذلك عن طريق وسائل التواصل الاجتماعي أو المنشورات.

مكان البيع

الإنترنت.

الربح

يمكن الاستفادة منه لتلبية الاحتياجات الشخصية أو التفكير في عمل مشروع آخر جديد.



• **قُمْ بعمل مشروع آخر عن طريق إعادة تدوير القمامة مسترشدًا بالمثال السابق:**

– المواد المُستخدَمة : ....

....

– مشاركة العمل : ....

....

– كيف تُسوِّق لعملك الفنِّي : ....

....

– الربح : ....

....

مُجاب عنها بنهاية الكتاب

اختبر نفسك على الموضوع السادس

١ ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✘) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- تركِّز أبحاث الدكتور مودومبا على تحديد التهديدات الرئيسية للأسد الإفريقي للانقراض. ( )

٢- يمكن الاستفادة من المصائد السلكية في عمل منحوتات ومجسَّمات للحيوانات البرِّية. ( )

٣- قامت مصر بإلقاء الخردة في القمامة بدلاً من الاستفادة منها. ( )

٤- تستخدم منظَّمة الدكتور مودومبا علامتها التجارية بشكل فعَّال لإيصال رسالتها البيئية. ( )

٥- منظَّمة «Snares to Wares» تُعتبَر منظَّمة هادفة للربح. ( )

٦- نشر الدكتور مودومبا أفلامًا وثائقية عن النباتات في بلاده. ( )

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- يحاول الدكتور مودومبا حماية .... من الانقراض.

أ الأسد الإفريقي   ب النباتات الصحراوية   ج الأرانب البرِّية   د النباتات المائية

٢- قام المصريون بالاستفادة من الخردة في عمل ....

أ أقلام   ب ملابس   ج مفروشات   د تماثيل

٣- قام الدكتور مودومبا بإزالة المصائد .... لحماية الحيوانات البرِّية.

أ البلاستيكية   ب الخشبية   ج السلكية   د الورقية

٤- شعار منظَّمة مودومبا عبارة عن .... يحيط به سلك.

أ أرنب   ب ثعلب   ج أسد   د فيل

٥- استخدمت مصر .... في صناعة المنحوتات والتماثيل الجميلة، مثل تمثال نصفي للملكة نفرتيتي.

أ الورق   ب الخردة   ج البلاستيك   د الصلصال

٣ فكِّر ثُمَّ أجب عمَّا يأتي:

١- ما الهدف الرئيسي من تأسيس منظَّمة «Snares to Wares»؟

....

٢- لماذا يُعتبَر الفنَّانون المصريون والدكتور مودومبا منقذين لكوكب الأرض؟

....

أسئلة الكتاب المدرسي على المحور الرابع

مُجاب عنها بنهاية الكتاب

١ اقرأ وأجب:

١- اذكر بعض الأسباب التي تدفع الناس إلى إنشاء الحدائق.

٢- لمَ يُعتبَر كلٌ من طُرق عرض السلع والعلامة التجارية مهمَّين عندما تحاول شركة بيع منتج ما؟

٣- اذكر أحد العناصر التقنية للمسرح. ولماذا من المهمّ تقديم عرض ممتع؟

٤- ما هو فنّ التطريز؟ وما الهدف منه؟

٥- ما الأسباب التي تجعل الناس يُعِدّون ألبوم صور أو حافظة أعمال لأعمالهم؟

٢ اكتب:

- فكِّر في مُنتَج أو أداء وجدته مثيرًا للاهتمام أو مؤثِّرًا. ما الذي جعلك ترغب في شرائه أو مشاهدته؟ هل رأيت إعلانًا أو ملصَقًا أو عرضًا عنه؟ ناقِش كيف أثَّر كلٌّ من طُرق عرض السلع والتصميم بالمُنتَج أو الأداء.

٣ فكِّر ثُمَّ أجِب:

١- ما نوع الحديقة الذي تريد إضافته إلى مدرستك؟ ما الفوائد التي ستقدِّمها الحديقة إليك وإلى زملائك في الفصل؟

٢- في رأيك، هل من المهمّ أن تقوم الشركات بتحديث علامتها التجارية من وقت إلى آخر؟ ولماذا؟ برِّر إجابتك.

٤ راجِع وأجِب:

١- ما نوع العلامة التجارية التي ستصمِّمه لجذب السيَّاح لزيارة منطقتك؟ وما الصور أو الأنماط التي ستضيفها إلى هديَّة التطريز التذكارية؟

٢- في أيِّ جانب من جوانب العرض المسرحي تودُّ أن تشارك؟ أفي الكتابة، أو الأداء، أو الديكور، أو تصميم الأزياء، أو الموسيقى، أو الصوت والإضاءة، أو تصميم البرامج، أو الإعلان والترويج؟ ولماذا؟

٣- أيّ ألبوم صور أو حافظة أعمال يمكن أن تصنع لتوضيح أو عرض هوايتك؟ صِف خطّتك لإحدى صفحاته.

٥ لماذا يُعتبَر التصميم مهمًّا؟

تدريبات سلاح التلميذ المتنوِّعة على المحور الرابع

مُجاب عنها بنهاية الكتاب

أولا ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✗) أمام العبارة غير الصحيحة:

١ - عند تصميم الحديقة يجب اختيار عناصر تبعث على الاسترخاء والهدوء. ( )

٢ - يتم اختيار نباتات الحديقة على حسب نوع التربة الموجودة في الحديقة. ( )

٣ - يتسبَّب الصوت الصادر عن النافورة في التلوُّث الضوضائي. ( )

٤ - يمكن الاسترخاء في الحديقة بالجلوس في البرجولات. ( )

٥ - يتم اختيار طراز الحديقة من خلال معرفة نوع الحديقة عامَّة أم خاصَّة. ( )

٦ - تُصمَّم ممرَّات الحديقة لزراعة نباتات الحديقة بها. ( )

٧ - يجب تصميم العلامة التجارية بشكل بارز لنجاح الإعلان عن الشركة. ( )

٨ - يمكن استخدام التسويق السمعي من خلال الإضاءة للفت انتباه العميل لشراء المُنتَج. ( )

٩ - يُستخدَم أسلوب الهرم في ترويج السلع لتحفيز العملاء على شرائها. ( )

١٠- يجب استخدام ألوان متعددة عند تصميم العلامة التجارية لإيصال الرسالة المرغوبة من الإعلان. ( )

١١- الضوء الأزرق يولِّد تأثيرًا هادئًا على المسرح. ( )

١٢- يشمل الديكور تصميم مشهد كل شيء داخل مساحة التمثيل فقط. ( )

١٣- يمكن معرفة نوع الشخصية على المسرح من الأزياء التي يرتديها الممثل. ( )

١٤- يشمل ديكور المسرح المنصَّات المرتفعة والإكسسوارات. ( )

١٥- الأزياء التي يرتديها الممثلون أثناء العمل في المسرح لها تأثير بصري في المشاهدين. ( )

١٦- لا تؤثِّر الأصوات داخل المسرح في نجاح العمل المسرحي. ( )

١٧- تساعد الإضاءة داخل المسرح على توفير جَوٍّ متوازن عند عرضها. ( )

١٨- التطريز حِرَفة تقليدية تعتمد على المهارة اليدوية والإبر والخيط. ( )

١٩- التصميمات المُطرَّزة القديمة مستوحاة من الطبيعة والحياة اليومية. ( )

٢٠- لا يمكننا المزج بين أنواع الغُرَز المختلفة عند تزيين الأقمشة. ( )

٢١- يمكن استخدام غُرزة السراجة في إصلاح الملابس. ( )

٢٢- غُرزة الفرع تكون على شكل خطوط متقطعة متساوية أو غير متساوية. ( )

٢٣- يمكن تطريز الملابس باستخدام اللؤلؤ. ( )

ثانيًا اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١ - العنصر الذي يساعد على تنظيم حركة الزوار في الحديقة هو ....

أ المقاعد ب الممرَّات ج النافورة د البرجولات

٢ - عند اختيار النباتات للحديقة يجب مراعاة ....

أ سعرها ب جمال شكلها ج مناخ المنطقة د لونها

٣ - من عناصر الحديقة .... التي يمكن الجلوس عليها للاسترخاء والراحة.

أ الممرَّات ب النافورات ج المقاعد د النباتات

٤ - هويَّة .... تُعتبَر الطريقة التي يرى بها العالَم أي شركة.

أ الشعار ب العلامة التجارية ج الأفراد العاملين د العملاء

٥ - يمكن لفت انتباه العملاء عن طريق الإضاءة لشراء المُنتَج، ويُعتبَر ذلك تسويقًا ....

أ بصريًّا ب سمعيًّا ج كتابيًّا د شفهيًّا

٦ - يمكن ترويج المُنتَجات باستخدام أسلوب .... بوضع العنصر الأكبر في المنتصف.

أ الضغط ب الكتابة ج التحدُّث د الهرم

٧ - يُعتبَر .... من العناصر التقنية لإقامة العمل المسرحي بشكل جيد.

أ الجماهير ب الشخصيات ج الديكور د المُخرِجين

٨- الضوء الأزرق في المسرح له تأثير .... عند عرض المسرحية.

أ هادئ ب مزعج ج غاضب د غير واضح

٩- تشمل .... كل التصاميم والملابس التي يرتديها الممثلون في العرض المسرحي.

أ الصوت ب الإضاءة ج الأزياء د الديكور

١٠- يُستخدَم .... في تطريز القماش.

أ الخشب ب اللؤلؤ ج الحديد د الورق

١١- تكون غُرزة السراجة على هيئة خطوط .... متساوية أو غير متساوية.

أ متقطعة ب رأسية ج أفقية د منحنية

١٢- يمكن استخدام .... لتزيين المفروشات.

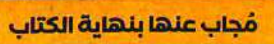
أ الصلصال ب الغُرَز ج المكعبات د الحديد

ثالثًا أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

١ - لا يُفضَّل زراعة شجرة طويلة بجانب مبنى ....
٢ - أحد العوامل المهمة في اختيار النباتات معرفة نوع التربة وكمية .... التي تصل إلى الحديقة.
٣ - يجب أن يكون التصميم الجيِّد للعلامة التجارية .... ويحمل رسالة واحدة واضحة.
٤ - الألوان الحيوية في العلامة التجارية ذات طابع ....
٥ - أسلوب .... في عرض المنتجات يعني وضع العنصر الأكبر في المنتصف والعناصر الصغرى حوله.
٦ - العلامة التجارية يجب أن تكون .... بحيث لا تُنسى.
٧ - يساعد الضوء .... على توليد تأثير ليلي على المسرح .
٨ - تعطي الإضاءة المنخفضة على المسرح شعورًا بـ ....
٩ - يُعرف فنُّ التطريز بفنِّ الرسم بـ .... على القماش باستخدام الخيوط المتنوعة.
١٠- تُعتبر غُرزة .... من الغُرَز الأكثر شيوعًا.
١١- حصل نجيب محفوظ على جائزة نوبل في ....
١٢- أسَّس الدكتور مودومبا منظَّمة غير هادفة .... لمكافحة المصائد والفخاخ السلكية.
١٣ - يُعد الفنَّانون المصريون والدكتور مودومبا .... لكوكب الأرض.

رابعًا أجب عن الأسئلة الآتية:

١ - لماذا يذهب الأشخاص إلى الحدائق؟
٢ - ما الفرق بين الألوان الباردة والدافئة في الحديقة؟
٣ - كيف يتم توزيع الألوان في الحديقة؟
٤ - ما الفرق بين الألوان الحيوية والألوان الهادئة في العلامة التجارية؟
٥ - كيف تساهم الإضاءة في عرض المنتجات؟
٦ - ما فائدة المعروضات الهرمية أو الأسطوانية؟
٧ - ما الأسباب التي تدفع بعض الأشخاص للذهاب إلى المسرح؟
٨ - ما العناصر التي يستخدمها الممثلون لعمل تأثير بصري؟
٩ - ما الغُرزة الرئيسية البسيطة في التطريز؟
١٠- ما المواد الأخرى التي يمكن استخدامها في التطريز إلى جانب الخيوط؟
١١- ما الأسباب وراء اهتمام شركات إنتاج الأفلام بأعمال نجيب محفوظ؟
١٢- ما فكرة منظَّمة «Snares to Wares» وكيف تعمل؟
١٣- لماذا يُعتبَر اسم المنظَّمة فعالاً من الناحية التسويقية؟




اختبارات سلاح التلميذ على المحور الرابع

مُجاب عنها بنهاية الكتاب

الاختبار الأول

١ ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✘) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- يُصنَّف الأسد الإفريقي كحيوان مهدَّد بالانقراض. (   )

٢- تساعد إضاءة المسرح على توفير جو متوازن أثناء العمل. (   )

٣- يُعتبَر التطريز من الحِرَف التقليدية القديمة. (   )

٤- يُفضَّل زراعة أشجار طويلة بالقرب من مبنى قصير. (   )

٥- يجب أن تكون العلامة التجارية معقدة لجذب العملاء. (   )

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- تعاون الدكتور مودومبا مع .... لإزالة المصائد السلكية.

أ المتطوعين ب حراس الحديقة ج السكان المَحلِّيين د الشرطة

٢- قام المصريون القدماء بالاستفادة من الخردة في عمل ....

أ ملابس ب أقلام ج مفروشات د تماثيل

٣- تُستخدَم غُرزة السراجة في ....

أ تزيين الملابس ب رسم اللوحات ج إصلاح الورق د تلوين الأقمشة

٤- يؤثر اللون الأزرق في المسرح بإعطاء شعور بـ ....

أ التوتر ب الغموض ج الهدوء د العنف

٥- الأزياء المسرحية تشمل ....

أ الإضاءة ب مستحضرات التجميل ج الموسيقى د الصوت

٣ أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

١- استخدام الإضاءة والألوان في عرض السلع يُعرف بالتسويق ....

٢- استخدام أسطوانات عرض السلع بشكل .... يوفر رؤية جيدة للعملاء.

٣- أحد عناصر الحديقة التي تنظِّم الحركة داخل الحديقة ....

٤- يجب أن تكون العلامة التجارية .... لإيصال الرسالة بوضوح.

٤ أجب عمَّا يأتي:

- ما سبب تأسيس الدكتور مودومبا لمنظمة «Snares to Wares»؟

....

الاختبار الثاني

١ ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✘) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- يُعتبَر التطريز مهمًّا للحفاظ على التراث الثقافي. ( )

٢- يجب تصميم أزياء المسرح بحيث لا تُعبِّر عن شخصيات المسرحية. ( )

٣- الإضاءة المنخفضة على المسرح تعطي إحساسًا بالهدوء. ( )

٤- غُرزة الفرع تكون على شكل خطوط مستقيمة دائمًا. ( )

٥- نشعر بالهدوء والسعادة عند الذهاب إلى الحدائق. ( )

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

١- الإضاءة الخافتة في المسرح تعطي شعورًا بــ ....

أ العنف　ب الغموض　ج التوتر　د الحيوية

٢- التصميم الجيِّد للعلامة التجارية يجب أن يكون ....

أ معقدًا　ب مزعجًا　ج غامضًا　د بسيطًا

٣- قام الدكتور مودومبا بإزالة المصائد ....

أ الخشبية　ب السلكية　ج البلاستيكية　د الورقية

٤- عند اختيار نباتات الحديقة، يجب مراعاة ....

أ نوع التربة والمناخ　ب لون الأوراق　ج اسم النبات　د حجم البرجولات

٥- يمكن استخدام غُرزة .... في تحديد الأشكال المطرزة.

أ السلسلة　ب البطانية　ج الفرع　د السراجة

٣ أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

١- الألوان .... في الحديقة، مثل الأحمر والبرتقالي تبعث على الحيوية والنشاط.

٢- يمثِّل شعار المنظَّمة .... محاطًا بسلك.

٣- تُساعد المؤثرات .... على تعزيز العرض المسرحي.

٤- تقوم .... بتوضح الرسائل المتعلِّقة بهوية العلامات التجارية.

٤ أجب عمّا يأتي:

- ما وظيفة النافورة في الحديقة؟

....

الاختبار الثالث

١ ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✘) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- يُعتبَر نجيب محفوظ أول كاتب عربي يحصل على جائزة نوبل في الأدب. ( )

٢- يمكن المزج بين أنواع الغُرَز المختلفة لعمل تصميم مميَّز. ( )

٣- تُساعد المقاعد على حماية الزوّار من أشعَّة الشمس في الحدائق. ( )

٤- يُفضَّل استخدام الألوان الدافئة في تصميم الحديقة لزيادة الشعور بالاسترخاء. ( )

٥- تُساعد الإضاءة المنخفضة على المسرح في خلق شعور بالخوف لدى الجمهور. ( )

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- الطابع غير الرسمي في العلامة التجارية تُعبِّر عنه الألوان ....

أ الهادئة　ب المتعادلة　ج الغامقة　د الحيوية

٢- التطريز يمكن أن يتم باستخدام ....

أ الخيوط فقط　ب اللؤلؤ فقط　ج غُرزة واحدة　د الخيوط مع اللؤلؤ

٣- تنسيق ألوان الحديقة يتطلَّب ....

أ لونًا واحدًا فقط　ب لونين فقط　ج ١-٣ ألوان رئيسية　د أكثر من ٥ ألوان

٤- يمكن التعبير عن فترة تاريخية معيَّنة في المسرح باستخدام ....

أ الأزياء　ب الموسيقى　ج الصوت　د الإضاءة

٥- نشر الدكتور مودومبا أفلامًا وثائقية عن ....

أ النباتات البحرية　ب النباتات الصحراوية　ج الحيوانات البرِّية　د الحشرات

٣ أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

١- يُعتبر التسويق .... من العناصر المهمة لجذب العملاء في المحلات التجارية.

٢- من أشهر مقولات .... «لن نتطور حتى نقبل أن القراءة ضرورة حياتية».

٣- الهدف الرئيسي للمنظَّمة هو إزالة المصائد .... غير القانونية.

٤- تساعد زيارة .... على الاسترخاء والهروب من ضغوط الحياة.

٤ أجب عمَّا يأتي:

- عرِّف فنَّ التطريز.

....



المراجعة العامة

أهم المصطلحات

المصطلح	التعريف
النباتيون المتوازنون	الأشخاص الذين لا يأكلون اللحوم، ولكنهم يأكلون البيض ومنتجات الألبان والعسل.
النباتيون الصِّرْف	الأشخاص الذين لا يأكلون منتجات من أي مصدر حيواني.
السعرات الحرارية	مقياس (كمِّيَّة) الطاقة الذي يمدُّنا بها الغذاء.
الشراب الطبيعي الطازج	الشراب المعصور مباشرة من الفاكهة.
الشراب الطبيعي المُعلَّب	شراب مصنوع من عصير الفاكهة، والسكَّر، والماء، والمواد الحافظة.
الشراب الصناعي	شراب يُصنع من ماء، سكَّر، لون صناعي، نكهة صناعية، ومواد حافظة.
تاريخ انتهاء الصلاحية	التاريخ الذي يجب أن يتم قبله استهلاك المُنتَج، وبعد هذا التاريخ لا يمكن ضمان سلامة المُنتَج وجودته.
التجفيف	طريقة لحفظ الطعام، يتم فيها إزالة الرُّطوبة من الأطعمة.
هويَّة العلامة التجارية	الطريقة التي يرى بها العالَم شركتك.
فنّ التطريز	حرفة تقليدية لتزيين القماش باستخدام إبرة وخيط أو مواد أخرى، مثل اللؤلؤ والتِّرْتِر.
غُرزة السراجة	غُرزة تكون على شكل خطوط متقطعة متساوية أو غير متساوية.
غُرزة الفرع	غُرزة تكون على شكل خط رفيع.

أهم الشخصيات

د. محمد أحمد غُنيم

أعماله

- أجرى بحوثًا متقدّمة في العلوم الجراحية، وقدَّم فيها العديد من الأساليب الجراحية الحديثة.
- قام بنشر العديد من الكتب والمقالات العلمية على الصعيد المحلّي والعالمي.
- قام بإجراء أوَّل عملية لزراعة الكُلَى في مصر عام ١٩٧٦م.
- قام مؤخرًا بإجـراء بحوث علمية متقدّمة على زراعة الخلايا الجذعية (هي نوع من الخلايا التي تُنشئ جميع أنواع الخلايا الأخرى، مثل خلايا الكبد أو الكُلَى).
- عضو في العديد من الجمعيات الطبِّية، مثل الجمعية الفرنسية لجراحة المسالك البولية وجمعية جراحة الأورام بأمريكا.
- عمل أستاذًا زائرًا في العديد من الجامعات حول العالم.

الجوائز التي حصل عليها

- تم منحه درجة الدكتوراه الشرفية في الطب من جامعة جوتنبرج في السويد.
- جائزة الدولة التقديرية في العلوم الطبية في مصر عام ١٩٩٧م.
- جائزة ميدالية سان بول من الجمعية البريطانية للمسالك البولية عام ١٩٩٢م.
- جائزة الملك فيصل العالمية عام ١٩٩٩م.
- جائزة مبارك في مجال الطب عام ٢٠٠١م.

الأديب نجيب محفوظ

أعماله

- اهتم في رواياته بتصوير أفكار ومشاعر المصريين، وتجسيد روح المجتمع المصري مستمدًّا الإلهام من منزل عائلته والبيئة المحيطة به.
- اشتهر نجيب محفوظ على نطاق العالم العربي بعد نشر أعماله، فكان من الأدباء البارزين في هذا الوقت.
- قام بكتابة العديد من القصص القصيرة والروايات؛ حيث قام بكتابة مائة قصة قصيرة وثلاثين رواية.
- تُعدُّ رواية «حكمة خوفو» أولى رواياته والتي تدور أحداثها في مصر القديمة، كما تُعدُّ «أفراح القبة» من أشهر رواياته أيضًا.

الجوائز التي حصل عليها

- جائزة الدولة التقديرية في الآداب عام ١٩٦٨م.
- جائزة نوبل في الآداب عام ١٩٨٨م، وبذلك أصبح أول كاتب عربي يحصل على جائزة نوبل للآداب؛ حيث تم وصف أعماله بأنها «فنٌّ روائي عربي ينطبق على جميع البشر».
- جائزة قلادة النيل العُظمَى عام ١٩٨٨م.
- مُنح الدكتوراه الشرفية من الجامعة الأمريكية في القاهرة عام ١٩٩٥م.
- تم تأسيس جائزة باسمه لتكريم الأعمال الأدبية العربية المتميِّزة في عام ١٩٩٦م.



مشروع الفصل الدراسي الثاني

١ اقرأ الموضوع الآتي، واعمل على تنفيذه.

• الموضوع:

- تخيَّل أنَّك ستنظِّم حدثًا خيريًّا لجمع الأموال من أجل إنشاء حديقة عامَّة في مجتمعك المحلِّي، سوف تعمل ضِمن فريق لتقديم عرض مسرحي لهذا الحدث الخيري، والتخطيط لطاولة بيع الطعام والمشروبات فيه، وتصميم سِلع مناسبة لبيعها إلى الحاضرين، ووضع برنامج أو إعلان عنه.

٢ اختر أعضاء فريقك. مع مَن تعمل؟

• .... • ....

• .... • ....

٣ عصف ذِهني

• فكِّر في الأفكار الآتية، وناقِشها ضمن فريقك.

١- ما نوع الحديقة التي تريد أن يطوِّرها مجتمعك المحلِّي؟

٢- ما الاسم الذي ستطلقه على حدثك الخيري؟ وما الشعار الذي ستستخدمه للإعلان عنه؟ وأيُّ صورة أو تصميم يمكنك أن تستخدم في شعارك؟

٣- ما موضوع أدائك المسرحي؟ وما العناصر التقنية التي ستستخدمها لجعلها الأقوى للجمهور؟

٤- ماذا سيكون في قائمة طاولة الطعام؟ وكيف ستعرضون الأصناف بطريقة لافتة إلى حد كبير؟ وكيف ستحافظ على سلامة الطعام وصحَّته؟

٥- كيف ستستخدم الإعلان لإقناع الناس بالمجيء إلى الحدث الخيري؟

....

....

....

....

....

٤ التخطيط

- قرِّر مَن سيكون مسئولًا في كل مرحلة من مراحل المشروع. احرص على مراجعة الدروس المتعلِّقة بهذا المشروع لإيجاد مزيد من المعلومات، لمساعدتك على كل مهمَّة.

	مَن سيعمل؟ وعلى أي مهمَّة سوف يعمل؟	الدروس التي يوجد بها معلومات عن موضوع هذا المشروع
تخيُّل الحديقة الجديدة المثاليَّة للمجتمع.		
اسم للحدث، وشعاره، ورمزه.		
التخطيط للأداء المسرحي، بما في ذلك العناصر التقنية.		
التخطيط لقائمة طعام مغذية وعرض الطعام بشكل لافت.		
تصميم الأصناف المتعلّقة بالحدث.		
إنشاء برنامج أو إعلان عن الحدث.		

٥ العمل ضِمن فريق

- يجب أن يجتمع أعضاء الفريق ككل مرة أخرى لمراجعة جميع التصاميم والمخططات والأفكار.
- قم بالتغييرات أو التحسينات الضرورية لعمل المشروع.

٦ منتجنا النهائي. اعرض مخططك وتصميماتك أمام زملائك في الفصل.



١ دعوت صديقك النباتي المتوازن على الغداء، قم بإعداد قائمة الطعام الذي ستقدمه له:

أ ....

ب ....

ج ....

د ....

٢ طلب منك معلِّمك إعداد قائمة بالأشياء التي تصلح للبيع في المَقصِف المدرسي:

أ ....

ب ....

ج ....

د ....

٣ وقع زميلك على الأرض فجُرح ونزفت قدمه، كيف تساعده في وقف النزيف؟

أ ....

ب ....

ج ....

د ....

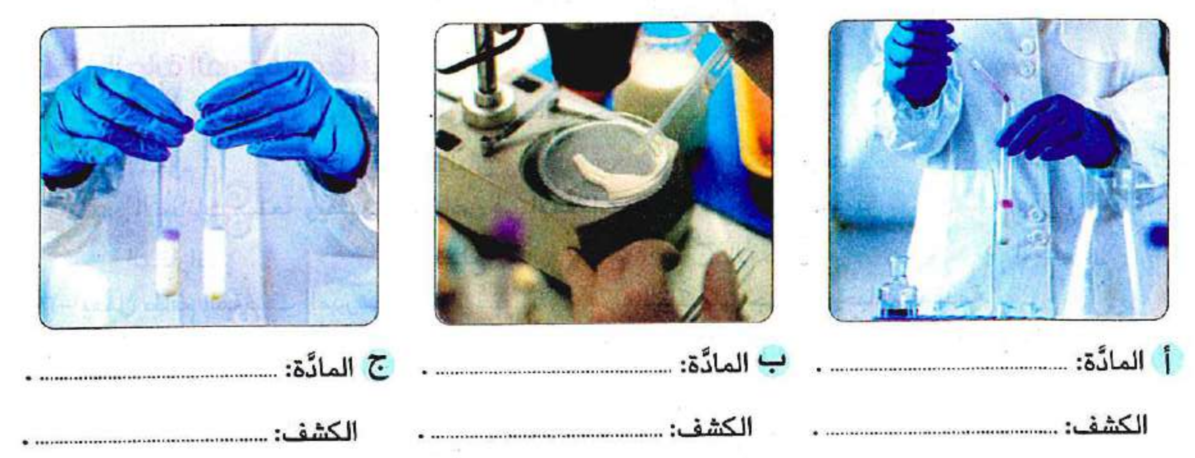
اقتراح للإجابة

١ أ بيض، جبن، خس، طماطم.
ب كشري، بيض مسلوق.
ج محشي ورق عنب، فلفل محشي.
د لوبيا، أرز، سلطة خضراء.

٢ أ ساندويتش جبن مع ورق الخس والطماطم.
ب أدوات مدرسية.
ج عصائر طبيعية.
د زجاجات المياه.

٣ أ اضغط بقوة على الجرح بقطعة قماش نظيفة.
ب ارفع الطرف المجروح إلى أعلى فوق القلب.
ج نظِّف الجرح.
د ضمِّد الجرح.

٤ يقوم بعض البائعين بغش اللبن بعدَّة طُرق ممَّا يؤثر على صحَّة المستهلك بالسلب والضرر، اذكر ثلاثًا من طُرق غش اللبن وطُرق كشف كل طريقة منهم كما بالصور:



أ المادَّة: .... ب المادَّة: .... ج المادَّة: ....

الكشف: .... الكشف: .... الكشف: ....

٥ يعمل إيهاب في مصنع لصناعة العصائر، لذا عليه الالتزام ببعض التدابير الصحّية حتى لا يُصاب بالضرر أو يفسد المشروب، اذكر أربعة من هذه التدابير:



أ ....

ب ....

ج ....

د ....

اختبارات شهر فبراير لبعض المحافظات

مُجاب عنها بنهاية الكتاب

١ محافظة القليوبية

إدارة شرق شبرا الخيمة التعليمية

اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- الأشخاص النباتيون المتوازنون يأكلون منتجات ....

أ اللحوم — ب الألبان — ج الخضراوات — د الدواجن

٢- تبدو الإعلانات ممتعة ويظهر الأشخاص في الإعلانات سعداء هي رسالة تسويق ....

أ العقارات — ب السلع — ج الأفكار — د الأجهزة

٣- يعمل طاقم المَقصِف المدرسي بـ .... للتأكُّد من جودة الوجبات المقدَّمة.

أ جد — ب كسل — ج ملل — د استهتار

٤- .... لا يأكل منتجات من مصدر حيواني.

أ النباتي المتوازن — ب النباتي الصِّرْف — ج آكلو اللحوم — د آكلو الأسماك

٥- من العادات غير الصحِّية ....

أ تناول الخضراوات — ب تناول الفواكه — ج تناول الأطعمة المقلية — د ممارسة الرياضة

٦- يجب الاحتفاظ بالأطعمة في درجة حرارة ....

أ عالية — ب مناسبة — ج منخفضة — د متغيرة

٧- تحتوي البدائل النباتية على نسبة .... من البروتينات الحيوانية.

أ أعلى — ب أقل — ج متساوية — د متفاوتة

٨- تتميَّز الوجبات السريعة بأنها .... التحضير.

أ سريعة — ب بطيئة — ج متوسطة — د صعبة

٩- يجب تخزين الطعام بشكل ....

أ مؤقت — ب سليم — ج سيئ — د صحِّي

١٠- من البدائل النباتية للحصول على البروتين ....

أ البيض — ب الدجاج — ج لحم البقر — د البقوليات

١١- من بدائل شُرْب المياه الغازية شُرْب ....

أ العصائر المُعلَّبة — ب الماء — ج القهوة — د الشاي

١٢- يتم .... الأطعمة غير المغلفة داخل أوعية حفظ مخصَّصة.

أ رمي — ب تبريد — ج تسخين — د تخزين

١٣- من البروتينات الحيوانية ....

أ اللحوم — ب العدس — ج الفول — د الخضراوات

١٤- من بدائل الوجبات السريعة تناول البطاطس المشوية بدلًا من البطاطس ....

أ المسلوقة — ب المقلية — ج المهروسة — د الطازجة

١٥- تتطلَّب الوجبة الغذائية خيارات متوازنة بين البروتين ....

أ الحيواني — ب الخالي من الدهون — ج النباتي — د النباتي والحيواني

٢ محافظة المنوفية — إدارة منوف التعليمية

اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- يُعتبَر .... من البروتينات الحيوانية.

أ البيض ب البسلة ج الفراولة د الخس

٢- الوجبات .... تحتوي على نسبة عالية من الأملاح والدهون.

أ الصحِّية ب السريعة ج المفيدة د الجيدة

٣- البدائل النباتية تحتوي على نسبة بروتين .... من المنتجات الحيوانية.

أ أعلى ب متساوية ج أقل د ضخمة

٤- الوجبات السريعة تحتوي على نسبة كبيرة من ....

أ الطعام الصحِّي ب السعرات الحرارية ج المعادن د الفيتامينات

٥- المنتجات .... تحتوي على دهون غير صحِّية.

أ النباتية ب الصناعية ج الورقية د الحيوانية

٦- يساعد التفكير .... على عرض السلع بطريقة جذابة.

أ الفلسفي ب العاطفي ج الإبداعي د العلمي

٧- الأطعمة غير المعبَّأة يتم .... داخل أوعية حفظ مخصَّصة.

أ رميها ب تخزينها ج تسخينها د تبريدها

٨- يجب .... الطعام بشكل آمن للحفاظ عليه من الملوَّثات والجراثيم.

أ رمي ب تخزين ج تبريد د هرس

٩- كل ممَّا يلي يُعتبَر من الوجبات السريعة ما عدا ....

أ الفاكهة ب الدجاج المقلي ج البطاطس المقلية د البرجر المقلي

١٠- الوجبة .... يجب أن تكون متوازنة بين البروتين النباتي والحيواني.

أ السريعة ب المغذية ج غير صحِّية د المخزنة

١١- تُعتبَر البقوليات مصدرًا جيدًا لـ .... النباتي.

أ المياه ب الألياف ج السُّكَّريات د البروتين

١٢- الشخص الذي لا يأكل اللحوم ولكنه يشرب اللبن يُسمَّى بشخص ....

أ غير صحِّي ب نباتي صِرْف ج يمارس رياضة د نباتي متوازن

١٣- يُعتبَر .... من العادات غير الصحِّية التي يتَّبعها الناس.

أ تناول الفاكهة ب شُرْب المياه الغازية ج شوي الطعام د ممارسة الرياضة

١٤- تناول وجبات تحتوي على نسبة عالية من .... يَضُرُّ بصحَّة الإنسان.

أ الألياف ب الفيتامينات ج الكالسيوم د الدهون

١٥- يظهر الأشخاص في إعلانات الوجبات السريعة وهم ....

أ سعداء ب نائمون ج غاضبون د متشائمون

٣ محافظة الغربية
إدارة غرب المحلة التعليمية

١ ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✘) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- الشراب الصناعي يحتوي على ألوان ونكهات صناعية. ( )

٢- تنظم اللحوم عمل الجهاز الهضمي. ( )

٣- الإفراط في تناول الفاكهة يُسبب أمراض القلب. ( )

٤- من أسباب انتشار الوجبة السريعة إعلاناتها التليفزيونية الممتعة. ( )

٥- تتميَّز الوجبة السريعة بأن طعمها رائع وشهية ولذيذة. ( )

٦- شُرْب الشاي بعد الأكل مباشرة قد يُسبب فقر الدم. ( )

٧- استخدام أوراق لتغليف الطعام أحد طُرق تخزين السلع في المَقصِف المدرسي. ( )

٨- تُعد البطاطس المقلية والبيتزا من أمثلة الوجبات الصحِّية. ( )

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- الأشخاص النباتيون المتوازنون يأكلون منتجات ....

أ اللحوم — ب الألبان — ج الخضراوات — د الدواجن

٢- مصدر جيد للبروتين النباتي ....

أ البقول — ب اللبن — ج اللحوم — د البيض

٣- الوجبات السريعة طعمها ....

أ جيد — ب سيئ — ج متوسط — د غير مقبول

٤- لا بُدَّ من اختيار الوجبات التي تحتوي على نسبة منخفضة من ....

أ الدهون — ب الأملاح — ج الفيتامينات — د المعادن

٥- عند تخزين الطعام يجب تخصيص أوعية للأطعمة الساخنة وأخرى ....

أ للباردة — ب للمطبوخة — ج للمغلَّفة — د للمُجمَّدة

٦- تقاس الطاقة في الوجبات السريعة بـ ....

أ سعرات حرارية — ب نسبة الطعام — ج المياه — د كيلو جرام

٧- يحتاج التلاميذ إلى نظام غذائي صحِّي لأنه يساعد على ....

أ زيادة الوزن — ب نشاط طول اليوم — ج الخمول — د النوم الطويل

اختبارات شهر مارس لبعض المحافظات

مُجاب عنها بنهاية الكتاب

١ محافظة القاهرة

إدارة عين شمس التعليمية

١ ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✘) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- تتم إضافة المواد الحافظة إلى العصير الطبيعي الطازج. ( )

٢- غطاء الرأس والقفازات التي يرتديها العُمَّال ضرورية لحماية المنتج. ( )

٣- التأكُّد من تاريخ صلاحية منتجات الألبان من الأمور الضرورية. ( )

٤- التجفيف والتجميد أحد طُرق حفظ الطعام. ( )

٥- ارتداء نظَّارة السلامة ضروري عند القيام بنشر الخشب. ( )

٦- يجب الاتصال برقم ١٢٣ لاستدعاء سيارة الإسعاف عند الإصابة الخطيرة. ( )

٧- يتطلَّب نمط الحياة الصحِّي ممارسة الرياضة والطعام الصحِّي. ( )

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- تقوم .... بمعالجة العصير الطبيعي والشراب الطبيعي.

أ المصانع ب النوادي ج المستشفيات د المدارس

٢- يجب .... العصير لقتل الميكروبات.

أ تجميد ب شُرْب ج رمي د تسخين

٣- يتم إضافة .... للألبان وهو يُعتبَر مادة حافظة قوية قد تكون ضارة.

أ النشا ب الثلج ج الفورمالين د الزبادي

٤- يكون المنتج الغذائي .... إذا احتوى السائل الموجود به على فقاعات.

أ فاسدًا ب صحِّيًّا ج طازجًا د جيدًا

٥- يُعدُّ التمليح أحد طُرق حفظ ....

أ الكتب ب الطعام ج اللبن د الحلوى

٦- عند حمل الآلات الحادة الثقيلة أثناء العمل يمكن الاستعانة بـ ....

أ طفل صغير ب شخص بالغ ج مسن د مراهق

٧- الإفراط في تناول الطعام يتسبَّب في ....

أ تقليل الوزن ب زيادة الوزن ج النحافة د الصحَّة الجيدة

٨- يتم وضع الشخص .... في وضعية الإفاقة.

أ فاقد الوعي ولكنه يتنفس ب فاقد الوعي ولا يتنفس ج المصاب بنزيف د المصاب بجرح خفيف

٢ محافظة الدقهلية

إدارة غرب المنصورة التعليمية

① ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✘) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- الشراب الصناعي مذاقه سكَّري جدًّا. ( )

٢- مصر من أكبر منتجي اللبن الجاموسي في العالم. ( )

٣- يجب القيام بالإسعافات الأوليَّة حتى لو كانت الإصابة خطيرة. ( )

٤- العصير المُعلَّب طبيعي وطازج. ( )

٥- الإفراط في تناول الملح يُسبِّب انخفاضًا في ضغط الدم. ( )

٦- خطوة تقدير الوضع هي أول خطوة لتقديم الإسعافات الأوليَّة. ( )

٧- لا نحتاج إلى اللبن عند صناعة الجبن والزبادي. ( )

② اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- يتحول اللبن الفاسد إلى اللون .... عند إضافة قليل من اليود إليه.

أ الأصفر ب الأصفر مائل إلى البُنِّي ج الأزرق د البُنِّي

٢- يجب الاتصال برقم .... لاستدعاء سيارة الإسعاف.

أ ١٢٢ ب ١٢٣ ج ١٢٤ د ١٢٥

٣- السيِّدة لويز إيمانويل ....

أ مزارعة ب طاهية ج طبيبة د معلِّمة

٤- يُضاف .... إلى اللبن لتعديل قوامه بعد نزع المادة الدهنية.

أ الماء ب الفورمالين ج النشا د اليود

٥- درس د. محمد أحمد غُنيم في كلية ....

أ الطبِّ ب العلوم ج الزراعة د التربية

٦- الإفراط في تناول الطعام يُسبب ....

أ اللياقة البدنية ب زيادة الوزن ج الصحَّة الجيدة د تقليل الحجم

٧- درست السيِّدة لويز إيمانويل التنمية الاقتصادية في ....

أ أمريكا ب الصين ج اليابان د مصر

٨- عملية تجفيف الطعام في الفرن تحتاج إلى درجة حرارة ....

أ عالية ب متوسطة ج منخفضة د عالية جدًّا

٣ محافظة المنيا — إدارة سمالوط التعليمية

١ ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✗) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- مادة النشا تُعتبَر من المواد الحافظة التي تُضاف للبن. ( )

٢- يتم تعقيم الزجاجات بواسطة آلات خاصَّة. ( )

٣- لا بُدَّ من تسخين العصير لقتل الميكروبات. ( )

٤- لا بُدَّ من فتح النوافذ أثناء القيام بعملية الطلاء. ( )

٥- يمكننا تغيير ريشة المثقب أثناء توصيله بالكهرباء. ( )

٦- يجب الضغط برفق على الجرح الذي ينزف بقطعة قماش نظيفة. ( )

٧- تساعد الخضراوات والفواكه على عملية الهضم. ( )

٨- لا يمكن علاج الجروح الطفيفة إلَّا بالذهاب إلى المستشفى. ( )

٩- الشراب الصناعي المُعلَّب يحتوي على أجزاء من الفاكهة. ( )

١٠- زيادة مساحة الأراضي الزراعية أمر مهم للاقتصاد المصري. ( )

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- الأطعمة غير المعبَّأة يتم .... داخل أوعية حفظ مخصَّصة.

أ رميها ب تخزينها ج تسخينها د حرقها

٢- يتكون الشراب الصناعي من ماء وسكر ومواد ....

أ طبيعية ب حافظة ج صلبة د عضوية

٣- يتم إضافة .... للألبان ويُعتبَر مادة حافظة قوية قد تكون ضارة.

أ الثلج ب الفورمالين ج الزبادي د الماء

٤- يُعدُّ التمليح أحد طُرق حفظ ....

أ الكتب ب اللبن ج الطعام د النقود

٥- يجب أن تكون النوافذ .... عند القيام بعملية الطلاء.

أ مفتوحة ب مغلقة ج مظلمة د موصدة

اختبارات سلاح التلميذ
على الفصل الدراسي الثاني

مُجاب عنها بنهاية الكتاب

الاختبار الأول

① ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✘) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- يقع على عاتق طاقم المَقصِف مسئولية التأكُّد من جودة الوجبات. ( )

٢- الحِرَف القديمة هي حِرَف تقليدية تعتمد على الإبر والخيط فقط. ( )

٣- حصل الأديب نجيب محفوظ على جائزة الدولة التقديرية. ( )

٤- يمكن استخدام حقيبة الإسعافات الأوَّلية لعلاج الإصابات والكسور الخطيرة. ( )

٥- منظَّمة الدكتور مودومبا تستخدم علامتها التجارية بشكل فعَّال لإيصال رسالتها البيئية. ( )

② اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- تصميم الأزياء تأثيره .... في الجمهور لنجاح المسرحية.

أ ضوضائي　　ب صوتي　　ج سمعي　　د بصري

٢- يمكن الجلوس على .... في الحدائق العامة للاسترخاء.

أ المقاعد　　ب الأشجار　　ج الممرَّات　　د النافورة

٣- يكون المُنتَج الغذائي .... عند احتواء السائل الموجود به على فقاعات.

أ طازجًا　　ب صحِّيًّا　　ج غير صحِّي　　د جيدًا

٤- المحاصيل التي شجَّعت لويز على زراعتها مع الكاكا هي ....

أ الذُّرَة والقمح　　ب البامية واليقطين　　ج الأرز والشعير　　د الفول والعدس

٥- أولى مراحل تصنيع العصير الطبيعي هي .... الفاكهة.

أ تعبئة　　ب تخزين　　ج زراعة　　د حصاد

③ أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

١- لفت انتباه العملاء عن طريق الإضاءة والألوان لشراء المُنتَج، يُعتبَر تسويقًا ....

٢- الشخص .... هو الذى يختار بدائل نباتية عوضًا عن البروتينات الحيوانية.

٣- يجب فتح .... عند القيام بأعمال الطلاء لتهوية المكان.

٤- يتم .... العصير لقتل الميكروبات.

④ فكِّر وأجِب:

- ما الوجبات السريعة؟

....

الاختبار الثاني

① ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✘) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- الخضراوات الورقية الخضراء تُعتبَر نوعًا من البروتين الحيواني. ( )

٢- الشهادة الصحِّية للمَقصِف غير ضرورية عند عرض السلع. ( )

٣- التجفيف في الشمس يُعدُّ من طُرق تجفيف الأطعمة في المنزل. ( )

٤- يولِّد الضوء الأزرق تأثيرًا مزعجًا على المسرح. ( )

٥- تنظيف العصير المنسكب على الأرض أحد احتياطات السلامة في المصنع. ( )

② اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- تكون غُرزة السراجة على شكل خطوط .... متساوية أو غير متساوية.

أ متقطعة ب منحنية ج أفقية د رأسية

٢- تمنع الركبة .... الجسم من التدحرج أثناء إفاقة المريض.

أ المستقيمة ب المكسورة ج المثنية د المرتخية

٣- تقوم .... بجذب انتباة العميل إلى علامة تجارية معيَّنة على رفٍّ ما.

أ الإضاءة ب كتلة اللون ج اللافتات د الطباعة

٤- قام مودومبا بإزالة المصائد .... لمساعدة حُرَّاس الحديقة وحماية الحيوانات البرِّية.

أ السلكية ب الورقية ج البلاستيكية د الخشبية

٥- كان نجيب محفوظ أول كاتب عربي يحصل على جائزة ....

أ نوبل في السلام ب الاتحاد الثقافي ج التميُّز الإعلامي د نوبل في الآداب

③ أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

١- يجب تغيير ريشة المثقب بعد فصله عن ....

٢- شُرْب الشاي بعد الأكل مباشرة يُسبِّب الإصابة بـ ....

٣- أحد طُرق غش اللبن إضافة .... لتعديل قوامه ليصبح متجانسًا.

٤- انبعاث أصوات .... في الحديقة على الاسترخاء والهدوء.

④ فكِّر وأجب:

- ما مصادر العصائر الطبيعية؟

....

الاختبار الثالث

١ ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✘) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- يبعث اللون البرتقالي للنبات في الحدائق على الحيوية والنشاط. ( )

٢- يجب الضغط برفق على أي جرح ينزف بقطعة قماش نظيفة. ( )

٣- تعبئة المشروبات في الزجاجات تُعتبَر المرحلة الأولى في عملية التصنيع. ( )

٤- العصائر الطبيعية المُعلَّبة تُصنع من عصير الفاكهة المركَّز والسكَّر. ( )

٥- غُرزة الفرع المُستخدَمة في تزيين الملابس تكون على شكل خط سميك. ( )

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- الطريقة التي تستخدمها مصر لتطبيق فكرة إعادة التدوير في الحِرَف الفنِّية هي ....

أ حرق النفايات — ب إعادة تدوير الخردة — ج دفن المخلفات — د تصدير النفايات

٢- ارتداء نظَّارات واقية عند الطلاء يجعلنا نتجنَّب .... المتناثرة.

أ نشارة الخشب — ب بقايا الطعام — ج السوائل والألوان — د بقايا الحديد

٣- تهدف لويز إيمانويل مابولو لتثقيف الناس عن ....

أ الطهي — ب الفلسفة — ج الطب — د التكنولوجيا

٤- يجب حفظ الطعام في درجة حرارة .... عند تخزينه في مَقصِف المدرسة.

أ منخفضة — ب مناسبة — ج الغليان — د عالية

٥- اختبار اللبن يتم عن طريق الغلي حتى ....

أ ينضج — ب يتجمَّد — ج يتبخَّر — د يتخثَّر

٣ أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

١- يجب اختيار الوجبات المحتوية على نسبة .... من الدهون والملح للحفاظ على صحّتنا.

٢- عملية .... تقوم بإزالة الرطوبة من الأطعمة حتى لا ينمو عليها أي عفن.

٣- قام الدكتور محمد أحمد غُنيم بإجراء أول عملية لزراعة .... في مصر.

٤- التسويق .... بالإضاءة يلفت انتباه العملاء لشراء المُنتَج.

٤ فكّر وأجِب:

- كيف تؤثر الخضراوات الورقية على ضغط الدم؟

....

الاختبار الرابع

١ ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✘) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- المُنتَجات الحيوانية تحتوي على دهون غير صحِّية. ( )

٢- معرفة تاريخ انتهاء صلاحية المُنتَج عند الشراء لا يُعتبَر أمرًا ضروريًّا. ( )

٣- قام الدكتور محمد أحمد غُنيم بإجراء بحوث علمية متقدمة على زراعة الخلايا الجذعية. ( )

٤- نوع التربة في الحديقة يحدِّد النباتات التي ستُزرع به. ( )

٥- يجب أن نحرص على عدم إيذاء أيدينا عند استخدام الشاكوش. ( )

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- ممارسة .... يساعدنا في الحصول على نمط غذائي صحِّي.

أ الكتابة ب الرياضة ج القراءة د ركوب السيارات

٢- يجب أن تكون العلامة التجارية .... لضمان نجاح الإعلان عن منتج.

أ غامضة ب بارزة ج معقدة د غير واضحة

٣- العنصر الذي يساعد في تحديد وقت معيَّن من اليوم في العرض المسرحي هو ....

أ الديكور ب الأزياء ج الإضاءة د الصوت

٤- نحتاج إلى .... العصير لإزالة اللُّب، والقشرة، والبذور عند صناعته.

أ تصفية ب غسل ج هرس د رمي

٥- يمكن وضع الشخص الذي يتنفس ولكنه .... في وضعية الإفاقة.

أ يتألم ب يشعر بالصداع ج ينزف د فاقد الوعي

٣ أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

١- مقياس الطاقة الذي يمدنا بها الغذاء هو ....

٢- تتم إضافة .... للألبان وهو مادَّة حافظة قوية قد تكون ضارَّة.

٣- الشراب .... هو الشراب المعصور مباشرة من الفاكهة.

٤- يجب فصل الأطعمة .... عن الأطعمة المطهية عند تخزين الطعام.

٤ فكِّر وأجِب:

- وضح استخدامات غُرزة السراجة.

....

الاختبار الخامس

١ ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✗) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- بدأ شغف نجيب محفوظ بالكتابة عندما كان عمره ١٧ عامًا. ( )

٢- تناوُل الأطعمة غير المقلية قد يُسبِّب أمراض القلب والسكتة الدماغية. ( )

٣- يُعتبَر الدكتور مودومبا والفنانون المصريون من المنقذين لكوكب الأرض. ( )

٤- يجب التخطيط لمساعدة الشخص المصاب حتى وصول سيارة الإسعاف. ( )

٥- الأشخاص الذين يأكلون اللُّحوم والبيض يُطلَق عليهم النباتيون المتوازنون. ( )

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- يُعرف فنُّ التطريز بفنِّ التزيين بـ .... لرسم تصميمات مختلفة على القماش.

أ البلاستيك　ب الغُرَز　ج التُّرْتر　د الورق

٢- يتم .... الأطعمة غير المُعبَّأة داخل أوعية حفظ مخصَّصة.

أ رمي　ب تبريد　ج تسخين　د تخزين

٣- أسلوب .... يُستخدَم لترويج المُنتَجات بوضع العنصر الأكبر في المنتصف.

أ الهرم　ب التناظر　ج التركيز　د التوازن

٤- عند تصنيع الشراب يجب تعليم العُمَّال كيفية استخدام .... بشكل صحيح.

أ القوالب　ب الأوعية　ج الآلات　د الأقلام

٥- زيادة الأراضي الزراعية لتحقيق الاكتفاء الذاتي في مصر يعمل على تقليل عملية ....

أ التصدير　ب الاستيراد　ج البيع　د الزراعة

٣ أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

١- تناوُل وجبات بها نسبة عالية من .... يضرُّ بصحَّة الإنسان.

٢- جهاز .... يقوم بإرسال مفتشين للتحقق من أسباب فساد المُنتَجات الغذائية.

٣- الشراب الطبيعي يتميَّز بأنه .... على أجزاء من الفاكهة.

٤- الإضاءة تُستخدَم بأكثر من طريقة حسب ضبطها من حيث الزاوية أو السطوع أو ....

٤ فكِّر وأجِب:

- ما دور النافورة في الحديقة؟

....

الاختبار السادس

١ ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✗) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- يجب إضافة السُّكَّر للشَّراب عندما يكون السائل باردًا. ( )

٢- يجب وضع الأطعمة الساخنة والأطعمة الباردة في نفس الوعاء عند تخزينها. ( )

٣- لا يُفضَّل زراعة شجرة طويلة في الحديقة بالقرب من مبنى صغير. ( )

٤- يساعد صوت زقزقة العصافير في المسرح على الشعور أنك في الحديقة. ( )

٥- لويز إيمانويل مابولو تفضل الاعتماد على المصادر المحلية عند طهي الطعام. ( )

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- لا يجوز استخدام الأدوات الكهربائية بالقرب من ....

أ الخشب ب المسامير ج الماء د النافذة

٢- يُطلق على البقول والحبوب بدائل .... للبروتينات الحيوانية.

أ نباتية ب غير صحِّية ج حيوانية د دهنية

٣- عمليات التفتيش على مصانع الأغذية تتم بشكل ....

أ شهري ب سنوي ج أسبوعي د دائم

٤- يرى العالم هويَّة أي شركة من خلال ....

أ شعارها ب علامتها التجارية ج موظفيها د عملائها

٥- يتسبَّب شُرْب .... في فقدان الكالسيوم الموجود بجسم الإنسان.

أ اللبن ب العصائر الطبيعية ج الماء د المشروبات الغازية

٣ أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

١- غُرْزة الفرع تكون على شكل خط .... وتُستخدم لتزيين الملابس.

٢- الدكتور مودومبا قام بحماية .... من الانقراض.

٣- يدخل .... في صناعة العديد من المُنتَجات، مثل الزبادي والجبن.

٤- في وضعية الإفاقة، توضع الذراع القريبة على شكل زاوية ....

٤ فكِّر وأجِب:

- لماذا يجب فتح باب الفرن أو تشغيل مروحة الفرن أثناء التجفيف بالفرن؟

....

الاختبار السابع

① ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✗) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- النمط الصحِّي للطعام يشمل النشاط البدني والطعام الصحِّي. ( )

٢- يجب مراعاة العملاء المستهدفين عند اختيار ألوان وتصميم العلامة التجارية. ( )

٣- الغُرْزة المثالية لملء فراغ وحدة زخرفية تمهيدًا لحشوها هي غُرْزة الفرع. ( )

٤- تُعتبَر البيتزا من الوجبات سريعة التحضير والصحِّية. ( )

٥- لا يجب فصل الأطعمة النيئة عن الأطعمة المطهية عند تخزين السلع. ( )

② اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- تُعدُّ .... أفضل مصدر للبروتين النباتي.

أ البقوليات　ب اللحوم　ج الدواجن　د منتجات الألبان

٢- نشعر بـ .... عند وجود إضاءة منخفضة على المسرح.

أ العنف　ب الغموض　ج التوتر　د القوة

٣- يُفضَّل تجفيف الطعام في الشمس في الأيام ....

أ الباردة والرطبة　ب الممطرة　ج الحارة والجافة　د الغائمة

٤- الخطوة الأولى عند تقديم الإسعافات الأوَّلية هي ....

أ تنظيف الجرح　ب الاتصال بالمسعفين　ج وضعية الإفاقة　د تقييم الوضع

٥- يتم .... الخردة وتحويلها إلى سجاد وأكياس وإكسسوارات.

أ إلقاء　ب الحد من استخدام　ج إعادة تدوير　د حرق

③ أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

١- تتسبَّب الميكروبات الموجودة بالزجاجات في .... المشروبات وفسادها.

٢- إذا ظهرت رواسب .... بعد غلي اللبن، فهذا يعني أنه غير طازج.

٣- تتميَّز النكهة الصناعية بأنها .... ثمنًا من العصير الطبيعي.

٤- ألوان النباتات الباردة التي تبعث على الاسترخاء في الحديقة اللون الأزرق واللون ....

④ فكِّر وأجِب:

- ما الاحتياطات الواجب اتِّخاذها عند استخدام الطلاء والمواد الكيميائية؟

....

الاختبار الثامن

① ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✘) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- لا يمكننا مساعدة شخص فاقد للوعي ويتنفس. ( )

٢- يحتاج عرض الطعام بشكل جذَّاب إلى بعض التفكير الإبداعي. ( )

٣- تشجِّع لويز إيمانويل مابولو المزارعين على زرع اليقطين للمحافظة على خصوبة التربة. ( )

٤- يسمَّى الأشخاص الذين لا يأكلون منتجات من أي مصدر حيواني بالنباتيين الصِّرْف. ( )

٥- استخدم الفنانون المصريون الخردة المعدنية لصُنع منحوتات وتماثيل جميلة. ( )

② اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- الوجبات .... تحتوي على الكثير من السعرات الحرارية.

أ المشوية — ب المسلوقة — ج السريعة — د الصحِّية

٢- يمكن تصميم .... في الحديقة للتجوُّل بها.

أ الممرَّات — ب البرجولات — ج المقاعد — د الأشجار

٣- الأخطاء التي تحدث عند حفظ الطعام تُسبِّب .... في الطعام.

أ تماسك القوام — ب نمو البكتيريا — ج زيادة الكمِّيَّة — د زيادة الجودة

٤- النكهة الصناعية تُعدُّ أرخص ثمنًا من العصير ....

أ الصناعي — ب الفاسد — ج غير الصحِّي — د الطبيعي

٥- تشمل .... مستحضرات التجميل التي يستخدمها الممثلون على خشبة المسرح.

أ الأزياء — ب الديكور — ج الصوت — د الإضاءة

③ أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

١- تُستخدَم غُرزة .... لتحديد الأشكال المُطرَّزة، مثل الأزهار.

٢- يجب .... النوافذ أثناء القيام بعملية الطلاء.

٣- إضافة .... للشراب يُطيل فترة صلاحيته.

٤- يتحوَّل اللبن المغشوش إلى اللون .... عند إضافة قطرات من صبغة اليود إليها.

④ فكِّر وأجِب:

- ما المقصود بالتسويق البصري؟

....

الاختبار التاسع

① ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✘) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- يجب ارتداء نظارة السلامة عند القيام بنشر الخشب. ( )

٢- أسَّس الدكتور محمد أحمد غُنيم أول مركز في الشرق الأوسط لعلاج أمراض الجهاز التنفسي. ( )

٣- يجب أن يتناسب تصميم الحديقة مع المباني سواء كانت عامَّة أو خاصَّة. ( )

٤- يُعتبَر تقدير الوضع هو الخطوة الأولى لتقديم الإسعافات الأوَّليَّة للشخص المصاب. ( )

٥- تُعتبَر المنظَّمة التي أسَّسها مودومبا لحماية الحيوانات البرِّية منظَّمة غير هادفة للربح. ( )

② اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- يجب استخدام .... لحماية الطعام من الحشرات.

أ ورق الزبدة ب ورق الطابعة ج أكياس التغليف د أكياس القمامة

٢- يجب .... الفاكهة جيدًا في بداية تحضير العصير الطبيعي.

أ تخزين ب غسل ج هرس د تسخين

٣- الألوان .... تعطي طابعًا غير رسمي للعلامة التجارية.

أ الهادئة ب الحيوية ج الباردة د الداكنة

٤- يُستخدَم حمض الستريك كنوع من المواد .... التي تُضاف عند حفظ الطعام.

أ الحافظة ب الصلبة ج السكرية د المالحة

٥- يتسبَّب الإفراط في تناول .... في ارتفاع ضغط الدم.

أ الخيار ب الجزر ج الخس د الملح

③ أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

١- شُرْب الشاي بعد الأكل مباشرة يؤدِّي للإصابة بـ ....

٢- غُرزة السراجة تُستخدَم في .... الملابس.

٣- يعتبَر .... إحدى المواد الحافظة القوية التي تُضاف للَّبن.

٤- المواد الكيميائية المُستخدَمة في النكهات الصناعية موجودة بشكل طبيعي في الزهور و ....

④ فكِّر وأجِب:

- لماذا يهتم البعض بالمسرح؟

....

الاختبار العاشر

① ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✘) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- التصميمات المُطرَّزة القديمة مستوحاة من الطبيعة والحياة اليومية. ( )

٢- يجب التفكير في تناوُل الأطعمة الصحِّية بدلاً من الوجبات السريعة. ( )

٣- تُصمَّم ممرَّات الحديقة للجلوس في الحديقة. ( )

٤- يجب حماية السلع في مَقصِف المدرسة من الملوِّثات والجراثيم. ( )

٥- مذاق الشراب الطبيعي مُرٌّ جدًّا وله نكهة الفاكهة وشكله سائل صافٍ فاتح اللون. ( )

② اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- كَتَب .... رواية (حكمة خوفو) وهو يُعتبَر من أبرز الأدباء المصريين.

أ نجيب محفوظ ب أحمد زويل ج مصطفى محمود د طلعت حرب

٢- عند خلط .... بالعصير لا بُدَّ أن يكون العصير ساخنًا.

أ الملح ب السُّكَّر ج البهارات د القرفة

٣- يشمل .... تصميم مشهد كل شيء داخل مساحة التمثيل وخارجها.

أ الإضاءة ب الصوت ج الديكور د الموسيقى

٤- يجب وضع الشخص فاقد الوعي ولكنه .... في وضعية الإفاقة.

أ لا يتنفس ب ينزف ج يتنفس د يتحرك

٥- أسَّست لويز إيمانويل مابولو مشروع الكاكاو لمساعدة .... على الشعور بالأمان من الناحية المالية.

أ الطلاب ب المزارعين ج التجَّار د المدرسين

③ أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

١- يحدث غش اللبن عن طريق إضافة .... لتعديل قوامه بعد نزع المادَّة الدهنية.

٢- تناوُل الخضراوات الورقية الخضراء يساعد على شعورنا بـ ....

٣- عند استخدام الشاكوش، يجب الدق على المسمار دقًّا .... في البداية.

٤- أحد طُرق حفظ الطعام التي تحتاج إلى رطوبة منخفضة وحرارة عالية ....

④ فكِّر وأجِب:

- ما مخاطر البروتينات الحيوانية؟

....

اختبارات بعض المحافظات على الفصل الدراسي الثاني

مُجاب عنها بنهاية الكتاب

١ محافظة القاهرة

إدارة شبرا التعليمية

① ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✘) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- يجب الاتصال برقم ١٢٣ لاستدعاء سيارة الإسعاف عند الإصابة الخطيرة. ( )

٢- يمكن استخدام الأدوات الكهربائية بالقرب من الماء. ( )

٣- يجب غلق الشبابيك عند طلاء المنزل. ( )

٤- الأشخاص النباتيون هم الذين يختارون بدائل نباتية بدلاً من البروتينات الحيوانية. ( )

٥- معرفة تاريخ انتهاء صلاحية المنتج عند الشراء لا يُعتبَر أمرًا ضروريًا. ( )

② اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- ممارسة .... يساعدنا في الحصول على نمط غذائي صحِّي.

أ الكتابة ب الرياضة ج القراءة د ركوب السيارة

٢- يمكن الجلوس على .... في الحديقة للاسترخاء.

أ الممرَّات ب الأشجار ج المقاعد د الشجيرات

٣- تُستخدَم .... لتزين المفروشات.

أ الغُرز ب الصلصال ج المكعبات د الحديد

٤- الوجبات .... تحتوي على الكثير من السعرات الحرارية.

أ المشوية ب المسلوقة ج السريعة د الصحِّية

٥- يدخل .... في صناعة العديد من المنتجات، مثل الزبادي والجبن.

أ الخضار ب اللبن ج الفاكهة د السمك

③ صِلْ من المجموعة (أ) ما يناسبها من المجموعة (ب):

(أ)	(ب)
١- هو أحد طُرق حفظ الطعام	(أ) الجاموس
٢- هو أحد مصادر الحصول على اللبن	(ب) الخضار
٣- تحتوي الوجبة النباتية الصِّرْف على	(جـ) التعليب
٤- الإفراط في تناول الطعام يكون سببًا في	(د) أعمال النجارة
٥- يجب ارتداء النظَّارات الواقية بـ	(هـ) زيادة الوزن

٢ محافظة الجيزة
إدارة أوسيم التعليمية

١ ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✘) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- التجفيف والتجميد أحد طُرق حفظ الطعام. ( )

٢- مادة النشا تُعتبَر من المواد الحافظة التي تضاف إلى اللبن. ( )

٣- يجب أن تصمم أزياء المسرح لوصف نوع معيَّن من الشخصيات. ( )

٤- يتسبَّب الصوت الصادر عن النافورة في التلوث الضوضائي. ( )

٥- تحتوي الوجبات السريعة على سعرات حرارية منخفضة. ( )

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- وضع الطعام في خزائن ذات واجهة .... تحمي الطعام من الحشرات.

أ خشبية ب زجاجية ج مكشوفة د حديدية

٢- يتم غش اللبن عن طريق إضافة ....

أ السمن ب السُّكَّر ج الماء د الجبن

٣- من مبادئ التصميم الجيِّد للعلامة التجارية أن يكون ....

أ معقدًا ب غير واضح ج سهل النسيان د بسيطًا

٤- يمكن ترويج المنتجات باستخدام أسلوب .... الذي يوضح العنصر الأكبر في المنتصف.

أ التحدُّث ب الهرم ج الكتابة د الضغط

٥- جميع ما يلي من أمثلة ألوان النباتات الدافئة التي تبعث الحيوية في الحديقة ما عدا اللون ....

أ الأحمر ب البرتقالي ج الأزرق د الأصفر

٣ أكمل العبارات الآتية ممَّا بين القوسين:

(السُّكَّر - الغموض - الإبداعي - الديكور - البكتيريا والعفن)

١- الخطأ الذي يحدث عند حفظ الطعام يتسبَّب في نمو ....

٢- يُعتبَر .... من عناصر العرض المسرحي.

٣- التفكير .... يساعد على عرض الطعام بشكل جذَّاب وسليم.

٤- الإضاءة المنخفضة على المسرح تعطي شعورًا بـ ....

٥- عند إضافة .... إلى الشراب لا بُدَّ أن يكون العصير ساخنًا.

٣ محافظة البحيرة
إدارة الدلنجات التعليمية

١ ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✘) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- الفواكه والخضراوات مصادر ممتازة للألياف. ( )

٢- تناول الكثير من الوجبات السريعة لا يشعرك بالقلق. ( )

٣- يجب عدم فصل الأطعمة النيئة عن الأطعمة المطهية داخل المَقصِف المدرسي. ( )

٤- يحتوي الشراب الصناعي على ألوان ونكهات صناعية. ( )

٥- إضافة المواد الحافظة للشَّراب المُصنَّع أمر غير ضروري. ( )

٦- يُعتبَر اللبن من المنتجات التي يسهل غشها. ( )

٧- يجب الضغط برفق على الجرح الذي ينزف بقطعة قماش نظيفة. ( )

٨- لا بُدَّ من فتح النوافذ أثناء عملية الطلاء. ( )

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- عملية .... تقوم بإزالة الرطوبة من الأطعمة.

أ السلق　ب الغلي　ج التجفيف　د القلي

٢- الشراب .... فاتح اللون ومذاقه سكري جدًّا.

أ الصناعي　ب الطبيعي　ج الطبيعي المُعلَّب　د الفاسد

٣- الألوان .... مثل الأزرق والأخضر تبعث على الاسترخاء.

أ الدافئة　ب الباردة　ج الغامقة　د الفاتحة

٤- أسلوب .... هو الأسلوب المستخدم في ترويج السلع.

أ المنظم　ب التدرج　ج الهرم　د الإعلان

٥- الشخص .... لا يأكل اللحوم ويأكل البيض ومنتجات الألبان.

أ النباتي الصِّرْف　ب النباتي المتوازن　ج غير النباتي　د الصحِّي

٦- .... هي الخطوة الأولى لتقديم الإسعافات الأوَّلية لشخص مصاب.

أ التخطيط للتدخل　ب تقدير الوضع　ج تقييم الوضع　د الاتصال بالإسعاف

٧- يجب أن يتناسب .... مع المباني والبيئة المحيطة.

أ الطراز　ب النباتات　ج الحيوانات　د الألوان

٤ محافظة الإسكندرية

إدارة وسط التعليمية

اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- الوجبات النباتية الصِّرْف تحتوي على ....

أ البيض ب الدجاج ج اللحوم د الأرز

٢- المنتجات .... تحتوي على دهون غير صحِّية.

أ الورقية ب الحيوانية ج البلاستيكية د النباتية

٣- يُعتبَر .... من العادات غير الصحِّية التي يتَّبعها الناس.

أ شُرْب المياه الغازية ب تناول الفاكهة ج شوي الطعام د ممارسة الرياضة

٤- يُعتبَر .... من البروتينات الحيوانية.

أ البسلة ب الفراولة ج البيض د الخس

٥- وضع الطعام في خزائن ذات واجهة .... يحمي الطعام من الحشرات.

أ خشبية ب زجاجية ج مكشوفة د حديدية

٦- تعد النكهة الصناعية أرخص ثمنًا من العصير ....

أ الفاسد ب الصناعي ج غير الصحِّي د الطبيعي

٧- تقوم .... بمعالجة العصير الطبيعي والشراب الطبيعي.

أ النوادي ب المستشفيات ج المصانع د المدارس

٨- عند إضافة .... إلى الشراب لا بُدَّ أن يكون العصير ساخنًا.

أ السُّكَّر ب الفانيليا ج البهارات د القرفة

٩- يتم اختبار اللبن عن طريق الغلي حتى ....

أ يتبخَّر ب يتخثَّر ج يتجمَّد د ينضج

١٠- يقوم العُمَّال في المصنع بارتداء غطاء الرأس لحماية المنتجات من ....

أ التبخر ب الحرق ج التلوث د التخمر

١١- يجب التأكُّد من تاريخ .... اللبن.

أ انتهاء صلاحية ب تغليف ج تعبئة د تطوير

١٢- عملية تجفيف الطعام تحتاج إلى درجة حرارة ....

أ معتدلة ب باردة ج منخفضة د عالية

١٣- يجب استخدام النظَّارات الواقية عند القيام بـ ....

أ شُرْب الماء ب عمل العصائر ج أعمال النجارة د الطهي

١٤- يجب أن تكون النوافذ .... عند القيام بعملية الطلاء.

أ مغطاة ب مفتوحة ج مغلقة د مظلمة

١٥- يجب استخدام .... للحصول على طعام صحِّي ولذيذ.

أ الكثير من الدهون ب الكثير من السُّكَّر ج الكثير من الملح د مكوِّنات طازجة

٥ محافظة الشرقية — إدارة بلبيس التعليمية

اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- يُطلق على البقول والحبوب والخضراوات بدائل ....

أ نباتية　ب منتجات الألبان　ج دهنية　د اللحوم

٢- تحتوي الوجبات .... على نسبة عالية من الملح والدهون والسُّكَّر.

أ الطبيعية　ب السريعة　ج المخزنة　د المغذية

٣- عند خلط .... بالعصير لا بُدَّ أن يكون العصير ساخنًا.

أ الملح　ب السريعة　ج المخزنة　د السُّكَّر

٤- يجب على .... ترتيب رفوف المَقصِف ووضعها بطريقة تجذب الانتباه.

أ الطلاب　ب الزوار　ج أولياء الأمور　د العاملين بالمَقصِف

٥- أولى مراحل تصنيع العصير الطبيعي هي .... الفاكهة.

أ زراعة　ب حصاد　ج عصر　د تعبئة

٦- يساعد .... على النمو وحماية جهازنا المناعي.

أ الشاي　ب اللبن　ج العصير الصناعي　د المشروبات الغازية

٧- عملية .... تقوم بإزالة الرطوبة من الأطعمة حتى لا تتعفَّن.

أ الطهي　ب السلق　ج التجفيف　د القلي

٨- استخدام النظَّارات الواقية أمر ضروري عند القيام بـ ....

أ شُرْب الماء　ب عمل العصائر　ج شراء الملابس　د أعمال النجارة

٩- من خطوات .... الضغط بقوة على الجرح بقطعة قماش نظيفة.

أ إيقاف النزيف　ب معالجة الحروق　ج إفاقة المريض　د علاج المريض

١٠- عُمَّال مصنع المشروبات يرتدون .... لحماية المنتج من التلوث.

أ النظَّارات　ب القفازات　ج الحذاء　د الجوارب

١١- استخدام أسطوانات عرض السلع بشكل .... يوفر رؤية جيدة للعملاء.

أ عشوائي　ب غير منتظم　ج هرمي　د متوازي

١٢- يجب أن تكون العلامة التجارية .... حتى لا تُنسى.

أ مُظللة　ب غامضة　ج معقدة　د بارزة

١٣- تزيين المنسوجات لأغراض زخرفية تابعة لحرف ....

أ التطريز　ب صناعة الفخار　ج النجارة　د السباكة

١٤- غُرزة السراجة تُستخدَم في جميع ما يلي ماعدا ....

أ تزيين المفارش　ب تزيين الخشب

ج خياطة قطع القماش　د عمل علامات على الملابس

١٥- رائحة الطعام الحارة تُعد دليلاً على ....

أ جودة الطعام　ب سلامة الطعام　ج فساد الطعام　د نضج الطعام

٦ محافظة الإسماعيلية

إدارة أبو صير التعليمية

ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✘) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- من أنواع الغُرَز غُرزة السراجة وغُرزة الفرع. ( )

٢- تُستخدَم غُرزة الفرع لتحديد الأشكال المطرزة، مثل الأزهار. ( )

٣- عند تقطيع الخشب أو ثقبه نستخدم المسامير لتثبيت الأشياء على الطاولة. ( )

٤- عند التعامل مع الخشب تتطاير نشارة الخشب في كل مكان. ( )

٥- يجب أن تتم عملية التجفيف في الفرن عند درجة حرارة بين ٥٧ إلى ٩٢. ( )

٦- عند القيام بعملية التطريز يجب أن تكون الإبرة غير حادَّة. ( )

٧- يتم استخدام الإسعافات الأوَّلية في الحالات الخطرة وحوادث السير. ( )

٨- يجب تجفيف الطماطم في الشمس لحمايتها من التلف. ( )

٩- يُفضَّل تسخين العصير لقتل الميكروبات. ( )

١٠- تساعد اللحوم على عملية الهضم. ( )

١١- لون النبات الأزرق يبعث على الكسل. ( )

١٢- يجب ارتداء نظَّارات السلامة وحماية الأعين عند التعامل مع الخشب. ( )

١٣- يجب تشغيل مروحة الفرن عند تجفيف الأطعمة. ( )

١٤- يتم استخدام الأدوات الكهربائية بالقرب من الماء. ( )

١٥- عند القيام بعملية الطلاء لا يجب فتح النوافذ. ( )

٧ محافظة الفيوم
إدارة شرق الفيوم التعليمية

اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- تحتوي الوجبة السريعة التي تشتريها من المطعم على نسبة عالية من ....
أ الألياف | ب الدهون | ج البروتينات | د الفيتامنيات

٢- وضع صورة للسلع داخل المَقصِف المدرسي من أحد طُرق .... السلعة.
أ تصنيع | ب تخزين | ج عرض | د تسوق

٣- الشراب .... لا يحتوي على أي فاكهة.
أ الصناعي | ب الساخن | ج الطبيعي | د البارد

٤- تناوُل الخضراوات الورقية الخضراء يساعد على الشعور بـ ....
أ الاسترخاء | ب الحزن | ج الغضب | د التوتر

٥- عند تحضير العصير الطبيعي يجب أولاً .... الفاكهة.
أ هرس | ب تخزين | ج غسل | د تسخين

٦- يُعتبَر .... من المواد الحافظة الضارَّة التي تضاف للبن.
أ الفورمالين | ب السُّكَّر | ج النشا | د الملح

٧- يُستخدَم التطريز لتزيين المنسوجات لأغراض ....
أ اقتصادية | ب اجتماعية | ج بيئية | د زخرفية

٨- تقديم الطعام في أطباق ملوَّنة يعمل على .... الانتباه.
أ جذب | ب تشتيت | ج توزيع | د تفريق

٩- تحرص لويز إيمانويل مابولو على استخدام المكوِّنات .... أثناء الطهي.
أ الطازجة | ب المعلَّبة | ج الكيميائية | د المخزَّنة

١٠- لفت انتباه العملاء عن طريق الألوان لشراء المُنتَجات يُعتبَر تسويقًا ....
أ سمعيًا | ب بصريًّا | ج كتابيًّا | د شفهيًّا

١١- ارتداء نظَّارات واقية عند الطلاء يساعدنا على تجنُّب .... المتناثرة.
أ نشارة الخشب | ب بقايا الطعام | ج السوائل والألوان | د برادة الحديد

١٢- يظهر الأشخاص .... في إعلانات الوجبات السريعة.
أ سعداء | ب نائمين | ج غاضبين | د متشائمين

١٣- لإزالة الرطوبة من الأطعمة حتى لا ينمو عليها أي عفن تقوم بعملية ....
أ الطهي | ب السلق | ج الغلي | د التجفيف

١٤- قامت مصر بزيادة مساحة الأراضي المزروعة وذلك لتحقيق الأمن ....
أ المائي | ب الغذائي | ج الصناعي | د المعلوماتي

١٥- تبعث أصوات .... في الحديقة على الاسترخاء والهدوء.
أ السيارات | ب الدرَّاجات | ج النافورة | د المقاعد

٨ محافظة أسيوط

إدارة القوصية التعليمية

١ ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✘) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- يمكن لجهاز حماية المستهلك توقيع عقوبات على منتجي الطعام غير الملتزمين. ( )

٢- يجب عليك استخدام الأدوات الكهربائية بالقرب من الماء. ( )

٣- يُفضَّل غلق الأبواب والنوافذ عند القيام بأعمال الطلاء. ( )

٤- يُعدُّ اللبن من المنتجات التي يصعب التلاعب فيها. ( )

٥- يساعد استخدام أسلوب الهرم في الترويج للسلع. ( )

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- في .... يضاف إلى العصير الماء والسُّكَّر عند تحضير الشراب الطبيعي المُعلَّب.

أ مرحلة التعبئة ب مرحلة الاختيار ج مرحلة العصر د مرحلة الفرز

٢- يُصنع من اللبن منتجات عديدة منها ....

أ الزبادي ب العصير ج الأعشاب د الأخشاب

٣- .... هو شخص لا يأكل منتجات من مصدر حيواني.

أ النباتي الصِّرْف ب النباتي المتوازن ج غير النباتي د جميع ماسبق

٤- .... تصدر أصواتًا في الحدائق تبعث على الاسترخاء والهدوء.

أ المباني ب الألوان ج النافورة د جميع ماسبق

٥- شُرْب .... بعد الأكل مباشرة قد يتسبَّب في الإصابة بالأنيميا.

أ الماء ب الشاي ج العصير د الأعشاب

٣ أكمل العبارات الآتية ممَّا بين القوسين:

(الشراب الصناعي - السعرات الحرارية - اللحوم - العاملين بالمَقصِف - اليومية)

١- مقياس الطاقة الذي يمدنا بها الغذاء هو ....

٢- .... يتناولها الكثير من الناس بسبب مذاقها المُفضَّل والبروتينات التي تحتوي عليها.

٣- .... يحتوي على ماء وسكر ونكهة صناعية ولون صناعي ومواد حافظة.

٤- يجب على .... ترتيب صفوف المَقصِف ورصها بطريقة تجذب الانتباه.

٥- يمكن أن تحتوي وجبة واحدة من الوجبات السريعة عن إجمالي الاحتياجات .... من الطاقة.

٩ محافظة قنا
إدارة قوص التعليمية

١ ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✘) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- تساعد الخضراوات والفاكهة في عملية الهضم. ( )

٢- يجب تناول الوجبات السريعة طوال اليوم. ( )

٣- الشراب الصناعي يحتوي على مواد ملوَّنة غير صحِّية. ( )

٤- مصر من أكبر منتجي لبن الجاموس في العالم. ( )

٥- يجب الحذر عند استخدام الشاكوش. ( )

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- لا بُدَّ أن يكون تصميم العلامة التجارية ....

أ صعبًا　　ب بسيطًا　　ج غير ملائم　　د ملائمًا

٢- من الألوان الباردة التي تبعث على الاسترخاء ....

أ الأحمر　　ب الأصفر　　ج الأزرق　　د الأسود

٣- كثرة تناول السُّكَّر يزيد من فرصة الإصابة بمرض ....

أ السكري　　ب فقر الدم　　ج القلب　　د النحافة

٤- يتم غش اللبن بإضافة .... إليه لزيادة كميته.

أ السُّكَّر　　ب الجبن　　ج الماء　　د الزيت

٥- يتكوَّن الشراب الصناعي من ماء وسكر ومواد ....

أ فواكه　　ب حافظة　　ج طبيعية　　د خضراوات

٣ صل من المجموعة (أ) ما يناسبها من المجموعة (ب):

(أ)	(ب)
١- البقول	(أ) مواد حافظة
٢- اللبن	(ب) من أدوات النجَّار
٣- الشاكوش	(جـ) لاستدعاء سيارة الإسعاف
٤- يحتوي الشراب الصناعي على	(د) يدخل في صناعة الجبن والزبادي
٥- الاتصال برقم ١٢٣	(هـ) أفضل مصدر للبروتين النباتي

١٠ محافظة أسوان

إدارة دراو التعليمية

١ ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✘) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- يتم تجفيف بعض الخضراوات في الشمس خارجًا. ( )

٢- اللبن يساعد على النمو ويحمي جهاز المناعة. ( )

٣- جميع أشكال تجفيف الطعام تحتاج درجة حرارة مرتفعة. ( )

٤- يجب استعمال ورق التغليف لحماية أصناف الطعام. ( )

٥- البقول تحتوي على نسبة عالية من البروتين النباتي. ( )

٦- لا تتطلَّب الوجبة المتوازنة خيارات بين البروتين الحيواني والبروتين النباتي. ( )

٧- يُعتبَر الغذاء الصحِّي المتوازن أساس الجسم الصحِّي والعقل السليم. ( )

٨- الفواكه والخضراوات تساعد على عملية الهضم. ( )

٩- الخضراوات الورقية الخضراء تساعد على عملية الاسترخاء. ( )

١٠- من البروتين الحيواني البيض واللحوم. ( )

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- الأشخاص النباتيون ....

أ لا يأكلون اللحوم ب يأكلون اللحوم ج يأكلون الدجاج د يشربون اللبن

٢- الوجبات السريعة تحتوي على نسبة .... من السكريات والدهون.

أ عالية ب منخفضة ج متوازنة د معتدلة

٣- من المواد الحافظة المُستخدَمة في حفظ الأطعمة ....

أ الماء ب النشا ج حمض الستريك د السُّكَّر

٤- يظهر الأشخاص في الإعلانات ....

أ مبتهجين ب غير مبتهجين ج نائمين د محايدين

٥- المكسرات مصدر جيد للبروتين ....

أ النباتي ب الحيواني ج المختلط د المعدني

الإجابات النموذجية



- الإجابات النموذجية عن أسئلة «اختبر نفسك» في جميع الموضوعات.
- الإجابات النموذجية عن أسئلة الكتاب المدرسي على المحاور.
- الإجابات النموذجية عن تدريبات سلاح التلميذ على المحاور.
- الإجابات النموذجية عن اختبارات سلاح التلميذ على المحاور.
- الإجابات النموذجية عن اختبارات بعض المحافظات لشهري فبراير ومارس.
- الإجابات النموذجية عن اختبارات سلاح التلميذ على الفصل الدراسي الثاني.
- الإجابات النموذجية عن اختبارات بعض المحافظات للفصل الدراسي الثاني.

الإجابات النموذجية عن أسئلة المحور الثالث




الموضوع الأول (صـ ٩)

١ ١- (✗) ٢- (✔) ٣- (✔) ٤- (✔) ٥- (✔)

٢ ١- (ب) ٢- (د) ٣- (ب) ٤- (ب) ٥- (أ)

٣ ١- المنتجات الحيوانية ٢- البقوليات

٣- النباتيون الصِّرْف

٤ ١- **النباتيون المتوازنون:** الأشخاص الذين يأكلون منتجات الألبان والبيض، ولا يتناولون اللحوم.

٢- الخضراوات الورقية الخضراء.

الموضوع الثاني (صـ ١٣)

١ ١- (✔) ٢- (✔) ٣- (✗) ٤- (✗) ٥- (✔)

٢ ١- (جـ) ٢- (أ) ٣- (د) ٤- (أ) ٥- (د)

٣ ١- الشاي ٢- البيتزا

٣- القلب ٤- الوجبات السريعة

٤ ١- لأنها لذيذة وسريعة التحضير.

٢- عن طريق الإعلانات على شاشات التليفزيون وعلى الإنترنت وفي المجلات.

الموضوع الثالث (صـ ١٧)

١ ١- (✗) ٢- (✔) ٣- (✗) ٤- (✗) ٥- (✔)

٢ ١- (ب) ٢- (د) ٣- (أ) ٤- (جـ) ٥- (د)

٣ ١- الإبداعي ٢- لافت

٣- الحشرات ٤- عبوات

٤ ١- لأنها توفر الطاقة والعناصر الغذائية اللازمة لنشاط التلاميذ اليومي وتساعدهم على التركيز.

٢- لجذب الانتباه وجعل الطعام يبدو شهيًا.

الموضوع الرابع (صـ ٢٢)

١ ١- (✗) ٢- (✗) ٣- (✗) ٤- (✔) ٥- (✗)

٢ ١- (ب) ٢- (أ) ٣- (ب) ٤- (د) ٥- (ب)

٣ ١- الصناعي ٢- الماء

٣- الطازج ٤- صناعية

٤ ١- حتى يمكن تخزينها لفترة طويلة.

٢- عن طريق إضافة الماء إلى العصائر.

الموضوع الخامس (صـ ٢٥)

١ ١- (✔) ٢- (✗) ٣- (✗) ٤- (✔) ٥- (✔)

٢ ١- (د) ٢- (أ) ٣- (جـ) ٤- (أ) ٥- (ب)

٣ ١- التلوُّث ٢- ملؤها

٣- الحرارة العالية ٤- هرس

٤ ١- غسل الفاكهة جيدًا.

٢- لزيادة مدة صلاحيته.

الموضوع السادس (صـ ٢٩)

١ ١- (✔) ٢- (✗) ٣- (✗) ٤- (✔) ٥- (✗)

٢ ١- (جـ) ٢- (ب) ٣- (ب) ٤- (جـ) ٥- (أ)

٣ ١- المادَّة الدهنية ٢- اللبن

٣- الفورمالين ٤- الأبقار

٤ ١- يُستخدَم في صناعة العديد من المنتجات، مثل الجبن والزبادي.

٢- لتعديل قوامه ليصبح متجانسًا بعد نزع المادة الدهنية ويبدو كامل الدسم.

الموضوع السابع (صـ ٣٤)

١ ١- (✗) ٢- (✔) ٣- (✗) ٤- (✔) ٥- (✔)

٢ ١- (د) ٢- (أ) ٣- (جـ) ٤- (ب) ٥- (أ)

٣ ١- التجميد ٢- حفظ ٣- العفن

٤ ١- عن طريق تعليق الأطعمة بخيط أو وضعها على رفوف لتتعرَّض لدوران الهواء وتُجفَّفَ.

٢- لأن بعد هذا التاريخ لا يمكن ضمان سلامة المُنتَج وجودته.

الموضوع الثامن (صـ ٣٨)

١ ١- (✗) ٢- (✔) ٣- (✔) ٤- (✗) ٥- (✔)

٢ ١- (جـ) ٢- (ب) ٣- (د) ٤- (جـ)

٣ ١- النظَّارات الواقية ٢- الشفرات ٣- الأبخرة

٤ ١- لحماية العينين من نشارة الخشب أو السوائل المتناثرة أثناء العمل.

٢- التأكد من أنها غير موصَّلة بالكهرباء.

الموضوع التاسع (ص ٤٢)

١ ١- (✗) ٢- (✗) ٣- (✓) ٤- (✗)

٢ ١- (أ) ٢- (ب)

٣ (ج - أ - د - ب)

٤ ١- لأنها ستساعده على التنفُّس حتى وصول المسعفين.

٢- عند علاج الإصابات والجروح الطفيفة.

الموضوع الحادي عشر (ص ٤٧)

١ ١- (✓) ٢- (✓) ٣- (✓) ٤- (✗) ٥- (✓)

٢ ١- (أ) ٢- (أ) ٣- (ب) ٤- (جـ)

٣ ١- طازجة ٢- الكاكاو

٣- الأمراض ٤- ضغط الدم

٤ ١- مساعدة المزارعين على أن يشعروا بالأمان من الناحية المالية وضمان وجود غذاء كافٍ للسكان في المستقبل.

٢- يساعد على تقليل الاعتماد على الخارج، ويوفر استدامة في الإنتاج الغذائي المحلي.

إجابة أسئلة الكتاب المدرسي (ص ٤٨)

١ **اقرأ وأجب:**

١- المكسرات، البقول والحبوب.

٢- لأنها تحتوي على نسبة عالية من السُّكريَّات والدهون، وتحتوي أيضًا على الكثير من السُّعرات الحرارية.

٣- عن طريق ترتيب الرفوف بطريقة مُرتَّبة ومنظَّمة لجعل الطعام يبدو شهيًّا، واستخدام اللافتات والصور في عرض المكونات الصّحّية الطازجة لجذب الانتباه.

٤- **الشَّراب الطبيعي:** هو المصنوع من عصير الفاكهة المُركَّز أو خلاصة الزهور والسُّكر.

أما الشراب الصناعي: فهو المصنوع من مادَّة ملوَّنة صحّية، ولا يحتوي على فاكهة.

٥- عن طريق ارتداء العُمَّال لغطاء الشعر والقفَّازات.

٦- يحتوي اللَّبن على نسبة عالية من البروتينات والدُّهون والكربوهيدرات والفيتامينات والأملاح المعدنية.

٧- التجفيف - التجميد - البسترة - التمليح - التعليب.

٨- إصابة العينين واليد.

٩- تقييم الوضع.

- التخطيط للتدخُّل.

- تقدير الوضع.

- تقديم الإسعافات الأوَّليَّة.

- حتى يمكن مساعدة الشخص المصاب بقدر الإمكان حتى لا تحدث له مضاعفات.

٢ **أجب بنفسك.**

٣ **فكِّر وأجِب:**

١- الاختيارات الأكثر صحَّة هي:

- سلطة الخضار الطازجة لأنها مصدر ممتاز للألياف والمعادن والفيتامينات.

- قطعة من الجبن لاحتوائها على اللَّبن الَّذي يساعد على النمو ويحمي جهاز المناعة.

٢- يجب القيام بعدة خطوات هي:

- الضغط بقوَّة على الجرح بقطعة قماش نظيفة.

- رفع اليد المجروحة إلى أعلى.

- تنظيف الجرح ثمَّ تضميده.

٤ **أجب بنفسك.**

٥ عن طريق اتِّباع العادات الصحِّية، مثل تناوُل الأكل الصحِّي، وممارسة الأنشطة الرياضيّة، وتجنُّب العادات السيئة والمضرَّة.

تدريبات سلاح التلميذ المتنوِّعة
على المحور الثالث (ص ٤٩)

١ ١- (✗) ٢- (✓) ٣- (✗) ٤- (✗)

٥- (✗) ٦- (✓) ٧- (✓) ٨- (✓)

٩- (✗) ١٠- (✗) ١١- (✗) ١٢- (✓)

١٣- (✓) ١٤- (✓) ١٥- (✓) ١٦- (✗)

١٧- (✗) ١٨- (✓) ١٩- (✓) ٢٠- (✓)

٢١- (✓) ٢٢- (✗) ٢٣- (✓) ٢٤- (✓)

٢ ١- (أ) ٢- (ب) ٣- (جـ) ٤- (د)

٥- (أ) ٦- (جـ) ٧- (د) ٨- (ب)

٩- (أ) ١٠- (أ) ١١- (جـ) ١٢- (د)

١٣- (جـ) ١٤- (أ) ١٥- (جـ)

٣ ١- اللحوم ٢- الطاقة
٣- الرفوف ٤- درجة حرارة
٥- سُكّري ٦- المواد الحافظة
٧- دهنية ٨ فقاعات
٩- المسامير ١٠-الذقن
١١- الخلايا الجذعية ١٢- الحواس الأساسية

٤ ١- عن طريق اختيار وجبات تحتوي على نسبة منخفضة من الطاقة والدهون والسكر والملح.
٢- يوفِّر عناصر غذائية إضافية لا توجد في المُنتَجات الحيوانية.
٣- لأن اللبن من المنتجات التي يسهل غشها من قبل بعض البائعين.
٤- تساعد على عملية الهضم وتقلل من مخاطر الإصابة بأمراض القلب.
٥- لأنه يقي الجسم من العديد من الأمراض، ويوفـر الطاقة التي يحتاج إليها الجسم.
٦- لأنها تشمل الفيتامينات والأملاح المعدنية والدهون الصحِّية والألياف ومضادات الأكسدة.
٧- لجعل الطعام يبدو شهيًّا ومرغوبًا فيه.
٨- لتجنُّب فصل المكونات فيما بعد.
٩- لأن درجة الحرارة المرتفعة جدًّا قد تؤدِّي إلى طهي الطعام بدلاً من تجفيفه.
١٠- نوع من الخلايا تُنشئ جميع أنواع الخلايا الأخرى مثل خلايا الكبد أو الكُلى.
١١- لأن بعد هذا التاريخ لا يمكن ضمان سلامة المُنتَج وجودته.
١٢- لحماية العينين من الشظايا أو الغبار الناتج أثناء النشر.
١٣- عن طريق تدريب العُمّال على الطريقـة الصحيحة لاستخدام الآلات.
١٤- لأنها ستساعد المُصاب على التنفُّس حتى وصول المسعفين.

إجابة اختبارات سلاح التلميذ

على المحور الثالث (ص ٥٢)

الاختبار الأول

١ ١- (✔) ٢- (✘) ٣- (✘) ٤- (✘) ٥- (✔)
٢ ١- (ب) ٢- (أ) ٣- (ب) ٤- (د) ٥- (د)
٣ ١- الرطوبة ٢- الصلاحية
٣- الاكتفاء ٤- الآلات
٤ تعمل على إطالة فترة صلاحية الشراب.

الاختبار الثاني

١ ١- (✔) ٢- (✔) ٣- (✔) ٤- (✘) ٥- (✔)
٢ ١- (جـ) ٢- (د) ٣- (أ) ٤- (أ) ٥- (جـ)
٣ ١- المسالك البولية ٢- الورقية الخضراء
٣- الملح ٤- الإصابة
٤ الملح والخل فقط.

الاختبار الثالث

١ ١- (✔) ٢- (✔) ٣- (✔) ٤- (✘) ٥- (✘)
٢ ١- (ب) ٢- (جـ) ٣- (ب) ٤- (ب) ٥- (جـ)
٣ ١- الفاكهة ٢- السعرات الحرارية
٣- الضارة ٤- العناصر الغذائية
٤ تؤدي إلى السمنة لاحتوائهـا على سعرات حرارية عالية.

الإجابات النموذجية عن أسئلة المحور الرابع



الموضوع الأول (ص ٦٠)

١ ١- (✗)　٢- (✗)　٣- (✔)　٤- (✔)　٥- (✗)

٢ ١- (جـ)　٢- (ب)　٣- (جـ)　٤- (د)

٣ ١- المباني　٢- المنطقة

٣- الاسترخاء　٤- الهواء النقي

٤ ١- نوع التربة – مناخ المنطقة – أشعَّة الشمس – حجم النباتات وألوانها.

٢- لأنها تمنحهم فرصة للاسترخاء والابتعاد عن ضغوط الحياة.

الموضوع الثاني (ص ٦٥)

١ ١- (✔)　٢- (✗)　٣- (✔)　٤- (✗)　٥- (✔)

٢ ١- (ب)　٢- (أ)　٣- (جـ)　٤- (د)

٣ ١- الهادئة　٢- البصري

٣- العلامة التجارية　٤- بسيطة

٤ ١- من خلال استخدام الإضاءة، الألوان، والعلامات التي تجذب انتباه العملاء وتحفزهم على شراء المنتج.

٢- العلامــة التجارية توضح ما تقدمه الشركة ومــا يميزهــا عن المنافسين.

الموضوع الثالث (ص ٧٠)

١ ١- (✗)　٢- (✔)　٣- (✗)　٤- (✔)　٥- (✔)

٢ ١- (د)　٢- (جـ)　٣- (أ)　٤- (ب)　٥- (أ)

٣ ١- المنصات　٢- بصري

٣- الشخصيات　٤- توتر

٤ ١- صوت زقزقة العصافير يساعد على الشعور بأنك موجود في إحدى الحدائق.

٢- كلاهما يمكن أن يصنع حالة مزاجية معيَّنة.

الموضوع الرابع (ص ٧٤)

١ ١- (✗)　٢- (✔)　٣- (✗)　٤- (✔)　٥- (✗)

٢ ١- (جـ)　٢- (أ)　٣- (ب)　٤- (جـ)

٣ ١- الإبرة　٢- زخرفية

٣- الفرع　٤- الخيط

٤ ١- هو فنُّ الرسم بالإبرة على القُماش باستخدام الخيوط المتنوعة.

٢- الإبرة والخيط وبعض المواد الأخرى، مثل اللؤلؤ والتِّرْتِر.

٣- غُرزة الفرع.

الموضوع السادس (ص ٨٠)

١ ١- (✔)　٢- (✔)　٣- (✗)

٤- (✔)　٥- (✗)　٦- (✗)

٢ ١- (أ)　٢- (د)　٣- (جـ)　٤- (جـ)　٥- (ب)

٣ ١- إزالة المصائد والفخاخ السلكية غير القانونية.

٢- لأنهم يساهمون في حماية البيئة من خلال إعادة تدوير المخلفات وتحويلها إلى أعمال فنِّية.

إجابة أسئلة الكتاب المدرسي (ص ٨١)

١ **اقرأ وأجب:**

١- استنشاق هواء نقي ومشاهدة مناظر خلَّابة.

– أخذ قسط وفير من الراحة.

– الشعور بالهدوء والسعادة.

– الاستماع لصوت النافورة للشعور بالاسترخاء.

٢- ليتعرَّف العملاء على المنتج ويثقون فيه.

٣- الإضاءة والديكور والصوت والموسيقى وتصميم الأزياء لتعزيز العمل الفنِّي.

٤- يُعرَف بفنِّ التزيين بالغُرَز لرسم التصميمات المختلفة على القماش والهدف منه تزيين الملابس والمفروشات وإيصال أفكار معيَّنة من خلال التصميمات المختلفة على القماش.

٥- **ألبوم صور:** للاحتفاظ بالذكريات القديمة للأسرة.

– **حافظة لأعمالهم:** للمحافظة على الأوراق المهمَّة الخاصَّة بهم.

٢ **أجب بنفسك.**

٣ **أجب بنفسك.**

٤ **أجب بنفسك.**

٥ لأنه من أسباب نجاح أي عمل.



إجابة تدريبات سلاح التلميذ المتنوعة

على المحور الرابع (ص ٨٢)

١
١ - (✔) ٢ - (✔) ٣ - (✘) ٤ - (✔)
٥ - (✔) ٦ - (✘) ٧ - (✔) ٨ - (✘)
٩ - (✔) ١٠- (✘) ١١- (✔) ١٢- (✘)
١٣- (✔) ١٤- (✔) ١٥- (✔) ١٦- (✘)
١٧- (✔) ١٨- (✔) ١٩- (✔) ٢٠- (✘)
٢١- (✔) ٢٢- (✘) ٢٣- (✔)

٢
١ - (ب) ٢ - (جـ) ٣ - (جـ) ٤ - (ب)
٥ - (أ) ٦ - (د) ٧ - (جـ) ٨ - (أ)
٩ - (جـ) ١٠- (ب) ١١- (أ) ١٢- (ب)

٣
١- قصير ٢- أشعَّة الشمس
٣- بسيطًا ٤- غير رسمي
٥- الهرم ٦- بارزة
٧- الأزرق ٨- الغموض
٩- الإبرة ١٠- الفرع
١١- الأدب ١٢- للربح
١٣- منقذين

٤
١- لأنها تمنحهم فرصة للاسترخاء والابتعاد عن ضغوط الحياة.
٢- **الألوان الباردة:** تعطي شعورًا بالاسترخاء والهدوء.
الألوان الدافئة: تضيف نشاطًا وحيوية للحديقة.
٣- توزع الألوان لتحتوي على ١- ٣ ألوان رئيسية.
٤- الألوان الحيوية ذات طابع غير رسمي بينما الهادئة ذات طابع رسمي.
٥- تساهم في لفت انتباه العملاء لشراء المُنتَج.
٦- توفر ميزة إبراز المُنتَجات لتكون على مستوى رؤية العملاء.
٧- للتعُّرف على مهنة المسرح والأساليب المسرحية.
٨- الملابس. - الشَّعر المستعـار - الإكسسـوارات - مستحضرات التجميل.
٩- غُرزة السراجة.
١٠- اللؤلؤ والتِّرْتِر.
١١- بسبب براعته في تصوير الحياة الواقعية للمجتمع .
١٢- تحويل المصائد السلكية غيـر القانونيـة إلى منحوتات فنِّية للحيوانات وبيعها.
١٣- لأنه اسم جـذاب ومتناغم ولافت باللغة الإنجليزية ممَّا يساعد الناس على تذكُّره بسهولة.

إجابة اختبارات سلاح التلميذ

على المحور الرابع (ص ٨٥)

الاختبار الأول

١ ١- (✔) ٢- (✔) ٣- (✔) ٤- (✘) ٥- (✘)

٢ ١- (ب) ٢- (د) ٣- (أ) ٤- (جـ) ٥- (ب)

٣
١- البصري ٢- هرمي
٣ – الممرَّات ٤- بسيطة

٤ إزالة المصائد والفخاخ السلكية من المنتزه الوطني.

الاختبار الثاني

١ ١- (✔) ٢- (✘) ٣- (✘) ٤- (✘) ٥- (✔)

٢ ١- (ب) ٢- (د) ٣- (ب) ٤- (أ) ٥- (جـ)

٣
١- الدافئة ٢- أسد
٣- الصوتية ٤- اللافتات

٤ تصدر أصواتًا تبعث على الاسترخاء والهدوء.

الاختبار الثالث

١ ١- (✔) ٢- (✔) ٣- (✘) ٤- (✘) ٥- (✘)

٢ ١- (د) ٢- (د) ٣- (جـ) ٤- (أ) ٥- (جـ)

٣
١- البصري ٢- نجيب محفوظ
٣- السلكية ٤- الحدائق

٤ هو فنُّ الرسم بالإبرة على القماش باستخدام الخيوط.



إجابة اختبارات شهر فبراير لبعض المحافظات (صـ ٩٤)

١ محافظة القليوبية

١- (ب) ٢- (ب) ٣- (أ) ٤- (ب) ٥- (جـ)
٦- (ب) ٧- (ب) ٨- (أ) ٩- (د) ١٠- (د)
١١- (ب) ١٢- (د) ١٣- (أ) ١٤- (ب) ١٥- (د)

٢ محافظة المنوفية

١- (أ) ٢- (ب) ٣- (جـ) ٤- (ب) ٥- (د)
٦- (جـ) ٧- (ب) ٨- (ب) ٩- (أ) ١٠- (ب)
١١- (د) ١٢- (د) ١٣- (ب) ١٤- (د) ١٥- (أ)

٣ محافظة الغربية

١ ١- (✔) ٢- (✗) ٣- (✗) ٤- (✔)
٥- (✔) ٦- (✔) ٧- (✔) ٨- (✗)

٢ ١- (ب) ٢- (أ) ٣- (أ) ٤- (أ)
٥- (أ) ٦- (أ) ٧- (ب)



إجابة اختبارات شهر مارس لبعض المحافظات (صـ ٩٧)



١ محافظة القاهرة

١ ١- (✗) ٢- (✔) ٣- (✔) ٤- (✔)
٥- (✔) ٦- (✔) ٧- (✔)

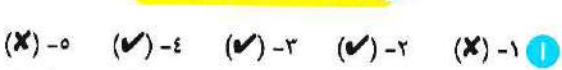
٢ ١- (أ) ٢- (د) ٣- (جـ) ٤- (أ)
٥- (ب) ٦- (ب) ٧- (ب) ٨- (أ)

٢ محافظة الدقهلية

١ ١- (✔) ٢- (✔) ٣- (✗) ٤- (✗)
٥- (✗) ٦- (✗) ٧- (✗)

٢ ١- (جـ) ٢- (ب) ٣- (ب) ٤- (جـ)
٥- (أ) ٦- (ب) ٧- (أ) ٨- (أ)

٣ محافظة المنيا



١ ١- (✗) ٢- (✔) ٣- (✔) ٤- (✔) ٥- (✗)
٦- (✗) ٧- (✔) ٨- (✗) ٩- (✗) ١٠- (✔)

٢ ١- (ب) ٢- (ب) ٣- (ب) ٤- (جـ) ٥- (أ)

الإجابات النموذجية

لاختبارات سلاح التلميذ على الفصل الدراسي الثاني



الاختبار الأول (ص ١٠٠)

١ ١- (✔) ٢- (✘) ٣- (✔) ٤- (✘) ٥- (✔)

٢ ١- (د) ٢- (أ) ٣- (جـ) ٤- (ب) ٥- (جـ)

٣ ١- بصريًّا ٢- النباتي
٣- النافذة ٤- تسخين

٤ وجبات سريعة التحضير، لذيذة، مثل البطاطس المقلية والبيتزا.

الاختبار الثاني (ص ١٠١)

١ ١- (✘) ٢- (✘) ٣- (✔) ٤- (✘) ٥- (✔)

٢ ١- (أ) ٢- (جـ) ٣- (ب) ٤- (أ) ٥- (د)

٣ ١- الكهرباء ٢- فقر الدم
٣- النشا ٤- النافورات

٤ عصير الفاكهة المُركَّز أو خلاصة الزهور والسُّكَّر.

الاختبار الثالث (ص ١٠٢)

١ ١- (✔) ٢- (✘) ٣- (✘) ٤- (✔) ٥- (✘)

٢ ١- (ب) ٢- (جـ) ٣- (أ) ٤- (ب) ٥- (د)

٣ ١- منخفضة ٢- التجفيف
٣- الكُلَى ٤- البصري

٤ تساعد في السيطرة على ضغط الدم.

الاختبار الرابع (ص ١٠٣)

١ ١- (✔) ٢- (✘) ٣- (✔) ٤- (✔) ٥- (✔)

٢ ١- (ب) ٢- (ب) ٣- (جـ) ٤- (أ) ٥- (د)

٣ ١- السعرات الحرارية ٢- الفورمالين
٣- الطبيعي ٤- النيئة

٤ خياطة قطع القماش وإصلاح الملابس وتزيين الملابس والمفارش.

الاختبار الخامس (ص ١٠٤)

١ ١- (✔) ٢- (✘) ٣- (✔) ٤- (✔) ٥- (✘)

٢ ١- (ب) ٢- (د) ٣- (أ) ٤- (جـ) ٥- (ب)

٣ ١- الدهون ٢- حماية المستهلك
٣- لا يحتوي ٤- اللون

٤ تصدر أصواتًا تبعث على الاسترخاء والهدوء.

الاختبار السادس (ص ١٠٥)

١ ١- (✘) ٢- (✘) ٣- (✔) ٤- (✔) ٥- (✔)

٢ ١- (جـ) ٢- (أ) ٣- (د) ٤- (ب) ٥- (د)

٣ ١- رفيع ٢- الأسد الإفريقي
٣- اللبن ٤- قائمة

٤ لتجنُّب طهي الطعام.

الاختبار السابع (ص ١٠٦)

١ ١- (✔) ٢- (✔) ٣- (✔) ٤- (✘) ٥- (✘)

٢ ١- (أ) ٢- (ب) ٣- (جـ) ٤- (د) ٥- (جـ)

٣ ١- تخمّر ٢- متجبّنة
٣- أرخص ٤- الأخضر

٤ يجب فتح النوافذ ووضع مروحة لتهوية المكان.

الاختبار الثامن (ص ١٠٧)

١ ١- (✘) ٢- (✔) ٣- (✔) ٤- (✔) ٥- (✔)

٢ ١- (جـ) ٢- (أ) ٣- (ب) ٤- (د) ٥- (أ)

٣ ١- الفرع ٢- فتح
٣- المواد الحافظة ٤- الأزرق

٤ استخدام الإضاءة والألوان والعلامات لجذب انتباه العملاء.

الاختبار التاسع (ص ١٠٨)

١ ١- (✔) ٢- (✘) ٣- (✔) ٤- (✘) ٥- (✔)

٢ ١- (جـ) ٢- (ب) ٣- (ب) ٤- (أ) ٥- (د)

٣ ١- فقر الدم ٢- تزيين
٣- الفورمالين ٤- الفاكهة

٤ يحب البعض الذهاب إلى المسرح والاهتمام بالتعرّف على مهنة المسرح والأساليب المسرحية.

الاختبار العاشر (ص ١٠٩)

١ ١- (✔) ٢- (✔) ٣- (✘) ٤- (✔) ٥- (✘)

٢ ١- (أ) ٢- (ب) ٣- (جـ) ٤- (جـ) ٥- (ب)

٣ ١- النشا ٢- الاسترخاء
٣- خفيفًا ٤- التجفيف

٤ الإصابة بأمراض القلب والسمنة المفرطة.

الإجابات النموذجية لاختبارات المحافظات على الفصل الدراسي الثاني



١ محافظة القاهرة (ص ١١٠)

١ ١- (✔) ٢- (✗) ٣- (✗) ٤- (✔) ٥- (✗)

٢ ١- (ب) ٢- (جـ) ٣- (أ) ٤- (جـ) ٥- (ب)

٣ ١ مع جـ ٢ مع أ ٣ مع ب ٤ مع هـ ٥ مع د

٢ محافظة الجيزة (ص ١١١)

١ ١- (✔) ٢- (✗) ٣- (✔) ٤- (✗) ٥- (✗)

٢ ١- (ب) ٢- (جـ) ٣- (د) ٤- (ب) ٥- (جـ)

٣ ١- البكتيريا والعفن ٢- الديكور
٣- الإبداعي ٤- الغموض
٥- السُّكَّر

٣ محافظة البحيرة (ص ١١٢)

١ ١- (✔) ٢- (✗) ٣- (✗) ٤- (✔)
٥- (✗) ٦- (✔) ٧- (✗) ٨- (✔)

٢ ١- (جـ) ٢- (أ) ٣- (ب) ٤- (جـ)
٥- (ب) ٦- (جـ) ٧- (أ)

٤ محافظة الإسكندرية (ص ١١٣)

١- (د) ٢- (ب) ٣- (أ) ٤- (جـ) ٥- (ب)
٦- (د) ٧- (جـ) ٨- (أ) ٩- (ب) ١٠- (جـ)
١١- (أ) ١٢- (د) ١٣- (جـ) ١٤- (ب) ١٥- (د)

٥ محافظة الشرقية (ص ١١٤)

١- (أ) ٢- (ب) ٣- (د) ٤- (د) ٥- (أ)
٦- (ب) ٧- (جـ) ٨- (د) ٩- (أ) ١٠- (ب)
١١- (جـ) ١٢- (د) ١٣- (أ) ١٤- (ب) ١٥- (جـ)

٦ محافظة الإسماعيلية (ص ١١٥)

١- (✔) ٢- (✔) ٣- (✔) ٤- (✔) ٥- (✔)
٦- (✗) ٧- (✗) ٨- (✔) ٩- (✔) ١٠- (✗)
١١- (✗) ١٢- (✔) ١٣- (✔) ١٤- (✗) ١٥- (✗)

٧ محافظة الفيوم (ص ١١٦)

١- (ب) ٢- (جـ) ٣- (أ) ٤- (أ) ٥- (جـ)
٦- (أ) ٧- (د) ٨- (أ) ٩- (أ) ١٠- (ب)
١١- (جـ) ١٢- (أ) ١٣- (د) ١٤- (ب) ١٥- (جـ)

٨ محافظة أسيوط (ص ١١٧)

١ ١- (✔) ٢- (✗) ٣- (✗) ٤- (✗) ٥- (✔)

٢ ١- (أ) ٢- (أ) ٣- (أ) ٤- (جـ) ٥- (ب)

٣ ١- السعرات الحرارية ٢- اللحوم
٣- الشراب الصناعي ٤- العاملين بالمَقصِف
٥- اليومية

٩ محافظة قنا (ص ١١٨)

١ ١- (✔) ٢- (✗) ٣- (✗) ٤- (✔) ٥- (✔)

٢ ١- (ب) ٢- (جـ) ٣- (أ) ٤- (جـ) ٥- (ب)

٣ ١ مع هـ ٢ مع د ٣ مع ب ٤ مع أ ٥ مع جـ

١٠ محافظة أسوان (ص ١١٩)

١ ١- (✔) ٢- (✔) ٣- (✔) ٤- (✔) ٥- (✔)
٦- (✗) ٧- (✔) ٨- (✔) ٩- (✔) ١٠- (✔)

٢ ١- (أ) ٢- (أ) ٣- (جـ) ٤- (أ) ٥- (أ)

رقم الإيداع: ٢٠٠١٨/ ٢٠٢٤